



FACES – FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE
CURSO: PSICOLOGIA

COMPREENDENDO AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS NO ENFOQUE DA GESTALT-TERAPIA

ALINE LUIZ MARTINS

BRASÍLIA
DEZEMBRO/ 2008

ALINE LUIZ MARTINS

COMPREENDENDO AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS NO EFOQUE DA GESTALT-TERAPIA

Monografia apresentada ao Centro
Universitário de Brasília – UniCEUB
como requisito básico para a conclusão
do curso de Psicologia da Faculdade de
Ciências da Educação e Saúde.
Professora orientadora: Dra. Carlene
Maria Dias Tenório.

Brasília, Dezembro de 2008



FACULDADE DE CIÊNCIAS DA EDUCAÇÃO E SAÚDE - FACES

CURSO: PSICOLOGIA

Esta monografia foi aprovada pela comissão examinadora composta por:

Professora Carlene Maria Dias Tenório, Doutora em Psicologia.

Professor Francisco Angelo Cechin, Doutor em Psicologia.

Professora Miriam May Phillipi, Mestre em Psicologia.

A Menção Final obtida foi:

Brasília, Dezembro/2008.

Dedico este trabalho aos meus pais, que sempre se esforçaram para tornarem os meus sonhos realidade, e em especial, pela realização deste: ser psicóloga.

AGRADEÇO:

Á Deus, pelo dom da vida e por sua presença me fortalecendo e guiando ao longo destes anos de graduação.

Aos meus amados pais, pelo amor e apoio incondicionais e por me ajudarem a ser uma pessoa melhor a cada dia.

Ao José Marcos, meu grande amor, pelo companheirismo, pela força nos momentos difíceis, pelo incentivo e confiança de sempre, e, principalmente, pela paciência.

Aos meus irmãos e amigos, por compreenderem minha ausência, pelo incentivo e amor, pelos momentos felizes que sempre me proporcionam.

Às amigas que muito contribuíram para a realização deste trabalho, com a partilha de suas histórias de vida que suscitaram o meu interesse pelo tema estudado.

Aos colegas, pela companhia ao longo do curso e amizade que me dedicaram. Em especial, a minha “família postiça”: Beth, Ludy e Paty, pelo amor, incentivo e força, sobretudo nos momentos mais difíceis.

À querida professora Carlene, pelos ensinamentos, paciência, dedicação e carinho com que me orientou.

BELEZA IMPERFEITA

*Tanto amor já se acabou, tanta gente já passou
Hoje eu vejo tanta ausência neste espaço que é teu
Onde sei que colecionas teus amores e ilusões
Os teus olhos não escondem, estão cansados, posso ver
Tudo o que te aconteceu foi por falta de entender
Que amar não é prender, nem ter domínio sobre alguém
Mas consiste em fazer livre a quem se ama e se quer bem
Todo amor que não promove a liberdade, não convém (...)
Que o teu olhar não se prenda
Em quem não quer ver-te para além das ilusões
Pois o amor que vale à pena nesta vida
Dá ao coração sempre o direito de ser ele imperfeito
E mesmo assim poder ser mais feliz
Se te escondes em tuas ilusões e te ocultas naquilo que não és
Perderás a vida e não verás a beleza de ser o que tu és
Misto de beleza e imperfeição que merece ser feliz*

(Pe. Fábio de Melo)

RESUMO

Esta monografia tem como objetivo a compreensão das mulheres que amam demais no enfoque da Gestalt-Terapia. De acordo com a bibliografia consultada, as mulheres que amam demais são caracterizadas por envolverem-se em relações amorosas não-recompensadoras, que lhes trazem sofrimento psíquico, devido à codependência afetiva em relação a seus parceiros. Como forma de ampliar a compreensão do fenômeno estudado, é discutida a construção das concepções a respeito do amor na sociedade atual, a partir da concepção de amor romântico surgida no século XVIII. Em seguida, é mostrado como o papel da mulher é visto desde a antiguidade até hoje, tendo como principais influências as idéias de Aristóteles e do Cristianismo, deixando clara a influência dos valores e das representações sociais sobre o amor e sobre o papel da mulher no processo de constituição da personalidade das mulheres que amam demais. Posteriormente são apresentadas as características afetivo-emocionais dessas mulheres e do ambiente em que elas viveram durante a infância, o qual contribuiu para o desenvolvimento do fenômeno “amar demais”. Os principais conceitos da Gestalt-Terapia também são discutidos como forma de se compreender a construção da neurose, bem como a constituição da personalidade das mulheres que amam demais, segundo esta abordagem. Conclui-se por fim que, segundo a Gestalt-Terapia, essas mulheres possuem um padrão neurótico de funcionamento e uma personalidade fixada na abertura da fronteira de contato caracterizada pela utilização da deflexão, introjeção, proflexão e confluência enquanto mecanismos de bloqueio do contato.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	9
CAPÍTULO 1 - SOBRE O AMOR.....	11
1.1 Os tipos e as definições de amor	11
1.2 A História do amor romântico.....	15
CAPÍTULO 2 - SOBRE A MULHER: AS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DO FEMININO AO LONGO DA HISTÓRIA.....	25
CAPÍTULO 3 SOBRE AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS E A CODEPENDÊNCIA AFETIVA	33
CAPÍTULO 4 SOBRE A GESTALT-TERAPIA	44
CAPÍTULO 5 COMPREENDENDO AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS NO ENFOQUE DA GESTALT-TERAPIA	55
CONCLUSÃO	64
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	68

INTRODUÇÃO

O presente trabalho busca a compreensão, no enfoque da Gestalt-Terapia, do funcionamento de mulheres que estabelecem um padrão fixo de comportamento, caracterizado pela manutenção de relações amorosas conflituosas e não-recompensadoras e, mesmo assim, não conseguem sair delas. Tais mulheres foram identificadas pela terapeuta conjugal e familiar Norwood, e passaram a ser denominadas “mulheres que amam demais”.

O estudo desse tema é de grande relevância, pois a autora, em sua experiência clínica no CENFOR, no decorrer de seus atendimentos em psicoterapia dentro da abordagem gestáltica, se deparou com várias clientes que apresentavam características das mulheres que amam demais, sentindo a necessidade de compreendê-las melhor, a partir dos conceitos teóricos propostos por essa abordagem. Como ainda não existem publicações em Gestalt-Terapia que tratem especificamente deste tema, esta monografia surgiu com o objetivo de explicar o processo de formação da personalidade das mulheres que amam demais com base na teoria de Fritz Perls sobre a constituição e as características da neurose.

Neste trabalho, o processo de constituição da personalidade das mulheres que amam demais é discutido inicialmente a partir da influência das concepções sociais acerca da mulher e do amor, e, posteriormente, a partir das experiências vividas por cada mulher que ama demais ao longo de sua história de vida.

O primeiro capítulo desta monografia apresenta diferentes conceitos de amor e discute a construção do mesmo, desde as sociedades primitivas até a sociedade atual, mostrando como este fenômeno humano foi visto em cada época até os dias de hoje.

O segundo capítulo diz respeito ao papel feminino na sociedade atual e às influências que ele sofreu ao longo da história, mostrando como muitas das características das mulheres que amam demais foram reforçadas culturalmente em várias épocas e como os reflexos de tais épocas repercutem na atualidade.

O terceiro capítulo descreve a “mulher que ama demais” em seus aspectos psicodinâmicos, mostrando experiências comuns vividas por elas, que contribuíram para o desenvolvimento de suas características de personalidade.

No quarto capítulo, são discutidos os principais conceitos da Gestalt-Terapia e o processo de formação da neurose, devido a um padrão de funcionamento caracterizado pela fixação na utilização dos mecanismos de interrupção de contato. Cada um destes mecanismos é apresentado e explicado.

Por fim, o quinto e último capítulo mostra que a mulher que ama demais possui um padrão neurótico de funcionamento segundo a Gestalt-Terapia, e discute como ela utiliza os mecanismos de interrupção do contato, os quais são formas de defesa típicas da neurose que contribuem para a fixação dessas mulheres em um tipo de relacionamento patológico, no qual ela busca resolver o que ficou mal resolvido no passado.

CAPÍTULO 1 - SOBRE O AMOR

1.1 Os tipos e as definições de amor

É muito difícil definir o amor. Alguns autores se arriscaram a fazer essa tarefa, porém eles concordam que nenhuma definição será suficiente para abarcar todos os sentidos que a palavra amor pode assumir. Segundo Cardella (1994), na Psicologia encontram-se várias concepções acerca desse fenômeno humano, porém a dificuldade para conceituá-lo o torna um enigma. Da mesma maneira, Pessanha (1987) acrescenta que “o amor é tema que não se encerra nem se exaure: apesar de permanentemente retomado, permanece inconcluso, aberto sempre a possibilidades de novas variações” (PESSANHA, 1987, p. 78).

O fato é que o tema amor tem grande importância para a sociedade ocidental: muitos movimentos religiosos se constituíram com base no amor, ele é assunto recorrente na filosofia, além de estar presente em novelas, filmes, romances, músicas. Mesmo assim, segundo Cardella (1994), a discussão deste tema no âmbito científico ainda é pequena.

Branden (1998) define o amor da seguinte maneira: “o amor representa uma orientação, uma atitude ou um estado psicológico com relação ao ser amado, mais profunda e duradoura que as alterações momentâneas de sentimentos e emoções” (BRANDEN, 1998, p. 73). Segundo este autor, o ser humano possui uma consciência diferenciada em relação aos outros seres, a qual é responsável pelas necessidades e capacidades que são próprias do homem. O amor seria, então, uma das formas que a consciência humana tem de se manifestar. De acordo com esta idéia, o homem deseja o amor porque precisa encontrar no mundo algo a que valorize, algo com que possa se importar, se estimular e se inspirar.

Para Cardella (1994), a capacidade de amar está ligada ao desenvolvimento do self, e é adquirida ao mesmo tempo em que o indivíduo se percebe como alguém diferenciado dos demais. Segundo a mesma autora, o amor não é apenas um sentimento, mas um estado do

indivíduo e seu modo de ser e agir no mundo. Isto implica na diferenciação do indivíduo deste mundo para que ele consiga “encontrar” o outro a quem vai destinar seu amor, percebendo-se com o um ser único e singular, porém semelhante ao outro na condição de humano.

Ainda de acordo com Cardella (1994), o indivíduo deve ser capaz de satisfazer suas próprias necessidades, para que não busque satisfazê-las através de outras pessoas e fique dependente destas. Isto permite que o indivíduo se relacione, esteja disponível para o outro, aprecie-o com suas qualidades e limites, aceitando não só aquilo que é igual, mas também o que é diferente. Através deste relacionamento, o indivíduo além de perceber o outro, também se percebe: “o amor capacita-nos a perceber e participar da existência do outro; permite-nos transcender nossas limitações e é a grande força geradora do crescimento pessoal, através da relação com outros seres humanos” (CARDELLA, 1994, p. 19). Sendo assim, a interação entre duas pessoas através do amor amplia a autoconsciência de ambas, o que Branden (1988) considera ser uma necessidade humana. Por isso, para este autor, o amor é um fenômeno próprio da condição humana.

Branden (1988) explica que há diferentes tipos de amor, porém existem verdades que se aplicam a todos os tipos, as quais podem ser consideradas como condições universais do amor. Ele diz que em toda experiência de amor há um sentimento de alegria pela existência de quem se ama, o qual se torna uma grande fonte de satisfação. Cardella (1994) concorda com esta idéia e fala de diferentes formas de se amar, relacionadas com a pessoa a quem o amor se dirige. Há, então, o amor próprio, o amor materno, o amor erótico e o amor romântico.

A mesma autora afirma que, para que um indivíduo possa ter qualquer tipo de relação amorosa, antes ele precisa ter amor por si mesmo. Isto implica em auto-aceitação incondicional: ele deve se respeitar, se compreender, se ouvir, reconhecendo tanto suas limitações quanto suas potencialidades. O indivíduo deve se perceber como um ser único e valioso. Branden (1988) explica só se consegue amar o outro quando se consegue amar a si

próprio, porque uma pessoa que não se ama, dificilmente acreditará que pode ser amada por outra pessoa. Segundo o mesmo autor, quem não se ama não consegue aceitar nem receber o amor.

De acordo com Cardella, (1994) o amor materno, a princípio, é uma relação entre seres desiguais no que tange às intenções conscientes. Na primeira infância, a mãe sempre será aquela que dá o amor, enquanto a criança será aquela que o recebe. Esta relação é muito importante porque a partir dela a criança começará aprender sobre o amor, desenvolvendo ou não a capacidade de amar e ser amada. Na relação com a mãe o indivíduo poderá aprender o que Branden (1988) considera como pré-condições para o amor, que são sentimentos e atitudes de confiar, sentir-se protegido e seguro, e ver o outro como fonte de prazer e satisfação. Cardella (1994) esclarece que é necessário não só que a mãe supra a necessidade de seu bebê com cuidados, mas também que permita que ele cresça, se desenvolva, suportando a separação que se faz necessária neste momento, porém sem deixar de amá-lo.

Há também o amor que acontece entre um homem e uma mulher, que a sociedade atual chama de “relacionamento amoroso”. Norwood (1987) diz que, geralmente, ao se tentar definir o amor entre o homem e mulher, há uma grande confusão, pois há a tentativa de se unir dois tipos diferentes de amor: *eros* e *agape*. Estes tipos de amor foram conceituados na Grécia antiga e são mutuamente excludentes. *Eros* pode ser definido como um intenso desejo pela pessoa amada, uma verdadeira obsessão: o amado se torna a razão daquele que o ama, sendo que este último é capaz de suportar qualquer sofrimento necessário para viver o amor. Tanto Branden (1988) quanto Cardella (1994) consideram este tipo de amor imaturo e, até mesmo, patológico. Para estes autores, a condição para que um amor saudável aconteça é a capacidade daquele que ama auto-nutrir-se e auto-sustentar-se. O amado não deve ser um “objeto”, única fonte de prazer e satisfação. A este respeito, Buber (1974, apud Cardella, 1994, p.20) diz que o amor “se realiza entre o Eu e o Tu. Aquele que desconhece isso, e o

desconhece na totalidade do seu ser, não conhece o amor, mesmo que atribua ao amor os sentimentos que vivencia, experimenta, percebe, exprime”.

De acordo com Norwood (1987), ao contrário do amor *eros*, o amor *agape* pode ser definido pelo companheirismo entre duas pessoas que se gostam, se respeitam e confiam uma na outra. Elas têm objetivos em comum, porém sabem conviver com suas diferenças. São capazes de olhar para si mesmas e para o outro para tornar o relacionamento mais profundo, para que cresçam juntas. Esta forma de amar é considerada por Cardella e Branden como “madura” e saudável. Nesse sentido, Fromm (1990, apud CARDELLA, 1994, p. 19) faz a seguinte consideração:

(...) o amor amadurecido é a união sob a condição de preservar a própria individualidade. O amor leva-o (o homem) a superar o sentido de isolamento e separação, permitindo-lhe, porém, ser ele mesmo, reter sua integridade. No amor ocorre o paradoxo de que dois seres sejam um e, contudo, permaneçam, dois.

Para que não haja a confusão mencionada por Norwood (1987), Cardella (1994) faz uma separação entre amor romântico e amor erótico referindo-se aos tipos de amor que podem existir entre um homem e uma mulher, análoga à divisão entre *eros* e *agape*. O amor erótico é a busca de fusão com o outro, a qual é concretizada pela união sexual. Esta fusão não objetiva satisfazer os próprios desejos e às próprias necessidades, e sim a vontade de compartilhar o amor que se sente. O amor erótico implica em exclusividade, a qual não deve ser entendida como egoísmo, e sim como “a entrega plena e intensa a uma única pessoa; é o profundo compartilhar da própria vida, que se caracteriza pela reciprocidade, cumplicidade e intimidade” (CARDELLA, 1994, p. 27). No amor erótico, os amantes permitem que cada um cresça, apoiando-se mutuamente para que se realizem como seres únicos e particulares. Este é o amor genuíno, e se aproxima do amor *agape* definido por Norwood (1987).

Cardella (1994) usa os termos paixão e amor romântico como sinônimos. Define-os como “um fenômeno psicológico de curta duração, que envolve crenças, atitudes, ideais e expectativas em relação ao parceiro”(CARDELLA, 1994, p. 33). Nesta forma de amar, aquele que é amado é considerado perfeito, pois aquele que ama projeta nele todos os seus ideais, sonhos e fantasias. Ele não ama o outro pelo que ele é, mas ama suas próprias projeções. Por isso, o amor romântico não cria relacionamentos profundos nem verdadeiros. O amor romântico é caracterizado pela possessividade. Aquele que ama desta maneira só se sente inteiro na presença do amado, atribui sua felicidade a ele, e quando este se afasta, sente um grande vazio e solidão. Seu pensamento é fixo no amado e ele sente necessidade de estar sempre junto dele. O apaixonado espera que o amado tenha pensamentos e sentimentos iguais aos seus, pois sente que se houver diferenças, o relacionamento pode ser ameaçado. A definição de amor romântico de Cardella (1994) assemelha-se então ao *eros*.

1.2 A História do amor romântico

Os vários significados existentes para a palavra amor foram construídos ao longo do processo de evolução histórico-cultural da sociedade da qual fazemos parte. Costa (1998) acrescenta que o amor foi inventado culturalmente; é uma crença emocional e, portanto, seus constituintes não são naturais. De acordo com o dicionário da língua portuguesa, o amor pode ser entendido como um sentimento que predispõe alguém a desejar o bem de outrem, ou como a dedicação absoluta de um ser a um outro ou a uma coisa, como inclinação ditada por laços de família, ou apenas uma inclinação sexual forte de uma pessoa por outra, e ainda por afeição, amizade, simpatia (FERREIRA, 2001).

O amor romântico que há entre homens e mulheres na sociedade contemporânea e que motiva a união conjugal pelo casamento não existia em sociedades primitivas. De acordo com Branden (1988), nestas sociedades a união entre homens e mulheres era estabelecida não pelo

amor, mas por condições básicas para a sobrevivência da tribo: caça, luta, agricultura, educação dos filhos entre outras. Em tais culturas, a individualidade dos seus integrantes era desconsiderada, pois o que prevalecia eram os interesses coletivos. Dessa forma, o amor romântico entre homens e mulheres era rejeitado, chegando a ser considerado socialmente subversivo.

Segundo Costa (1998), o significado de amor como algo Bom, Belo e Verdadeiro surgiu na Grécia antiga, e vê em O Banquete, de Platão, o surgimento do “mito amoroso” do ocidente:

(...) Em suma, nos discursos citados de O Banquete, o amor é apresentado como um impulso que se dirige a um outro, homem ou mulher, do mesmo sexo ou do sexo oposto (...) e como um composto afetivo feito de desejo; de falta do objeto do desejo; de nostalgia ontológica do objeto ideal perdido; de sofrimento decorrente da perda ou da ausência deste objeto; de alegria intensa quando o objeto é possuído (COSTA, 1998, p. 36-37).

Na Grécia clássica, acreditava-se que cada pessoa era constituída por dois elementos diferentes: o corpo, o qual possuía uma natureza inferior, e o espírito, que possuía uma natureza superior. As necessidades espirituais eram consideradas mais importantes do que as necessidades corporais. Sendo assim, existiam também dois tipos de amores: o amor espiritual e o amor carnal. O amor espiritual, definido por Branden (1988) como “um relacionamento no qual o amante mais velho inspirava no jovem a nobreza e virtude, e o amor entre estes elevava a mente e a emoção de ambos” (BRANDEN, 1988, p. 28) era extremamente valorizado. Esta forma de amor geralmente se dava entre os sábios professores, que eram os amantes mais velhos, e seus alunos, que eram os amantes mais jovens. Desta maneira, o amor espiritual não era destinado a toda a sociedade, mas apenas aos homens livres. Não há um consenso na

literatura a respeito de que o homossexualismo predominava na Grécia, contudo, sabe-se que esta prática era mais freqüente na cultura grega que na cultura atual.

As mulheres gregas eram educadas para serem subordinadas aos homens. Não tinham os mesmos direitos que os cidadãos do sexo masculino, precisavam de tutores para lhes representar legalmente e, portanto, tinham pouca importância nesta sociedade. Se por um acaso um homem viesse a se apaixonar por uma mulher, ele era visto com desprezo pela sociedade. Os gregos não acreditavam ser possível existir amor espiritual entre um homem e uma mulher, pois esta era considerada inferior ao homem em corpo e em mente e, por isso, o relacionamento entre eles não seria capaz de elevar a mente e a emoção, inspirar a virtude e a nobreza. Para os gregos, o relacionamento de um homem com uma mulher não tinha nenhum sentido ético ou significado espiritual. Assim, só seria possível existir entre homens e mulheres o amor carnal, o qual era considerado de natureza inferior em relação ao amor espiritual.

Da mesma forma que os gregos consideravam corpo e espírito como elementos distintos, faziam o mesmo em relação à razão e a paixão. A razão era extremamente valorizada, e significava o não envolvimento, a frieza, o desprendimento em relação às coisas e às pessoas. Por outro lado, a paixão significava a falência da razão. O amor carnal era considerado na Grécia antiga como a perda da razão, e quando o homem buscava em suas relações apenas os prazeres sexuais, os gregos o julgavam insano. Havia uma grande preocupação com a moral nas questões sexuais, não pelo objeto para o qual se destinava o desejo, e sim para a intensidade desse desejo. Nesta sociedade imoralidade significava o excesso, pois pelo excesso o homem se torna um “escravo dos prazeres” (PESSANHA, 1987).

Mesmo assim, existiam uniões entre homens e mulheres na Grécia antiga, mas estas se davam apenas pela obrigação que os homens tinham para com o Estado e a religião: ter filhos,

e porque precisavam da mulher para cuidar da casa. Segundo Branden (1988), o casamento era visto como um “mal necessário”.

De acordo com o mesmo autor, na sociedade romana, os relacionamentos eram heterossexuais, mas assim como na sociedade grega, o amor apaixonado era considerado uma loucura, a perda da razão. Para os romanos, tais envolvimento passionais ameaçavam o cumprimento das obrigações. Desta forma, casamento e amor eram duas realidades separadas: não havia a união entre homem e mulher baseada em amor. Eles casavam-se segundo interesses financeiros ou políticos e para que o homem tivesse uma dona de casa e filhos.

Com o tempo, na cultura romana, a família começou a ser mais valorizada, pois passou a representar a unidade política e social. As leis asseguravam a passagem da propriedade entre as gerações, bem como o regulamento do casamento. Devido às transformações na família, a mulher ganhou uma elevação em sua posição social. Ela ganhou status legal, maiores liberdade, independência econômica e respeito cultural. No relacionamento com o homem, a mulher passou a assumir uma posição de igualdade. Por isso surgiu um novo significado sócio-cultural para o casamento, que passou a ser defendido também pela religião, segundo a qual o homem deveria ter um sentimento de devoção por sua família. De acordo com Branden (1988), passou a haver no casamento uma união afetiva entre homem e mulher. Ambos se respeitavam, porém não havia a idéia de amor apaixonado e a união do sexo com o amor, como se faz na sociedade atual. No auge do Império Romano e até o seu fim, o amor apaixonado começou a ser experienciado, mas não entre marido e mulher, e sim em relações extraconjugais, as quais eram consideradas quase como uma diversão para amenizar o tédio da sociedade em que viviam.

O mesmo autor acrescenta que com a queda do Império Romano, o Cristianismo nasceu e se fortificou como uma nova força cultural e histórica. Os prazeres terrenos foram considerados pecado, sobretudo o prazer sexual. Costa (1988) esclarece que o ideal de amor

que dominou a Idade Média foi o amor a Deus, o qual era considerado o único amor verdadeiro. Experienciar este amor era a única forma de se encontrar a felicidade, e consistia em encontrar o Bem maior, que é Deus, e contemplá-lo. Para o Cristianismo, Deus era a única fonte de amor, uma fonte eterna, absoluta e inesgotável. Percebe-se que se mantiveram no Cristianismo alguns traços do amor definido por Platão na Grécia antiga, pois tanto o amor platônico quanto o amor cristão eram caracterizados pela “busca de um Bem Absoluto não perecível e cuja essência independe do sujeito” (BRANDEN, 1988, p. 37).

Devido ao Cristianismo, a mulher perdeu os direitos adquiridos durante o Império Romano e passou a ser totalmente subordinada ao homem. A relação homem-mulher era análoga à relação Deus-homem: a mulher era tida como um ser inferior que deveria fazer as vontades do homem. Esta relação foi justificada por Eva ter sido a culpada de colocar Adão em pecado. Ao fim da Idade Média surgiu uma segunda visão de mulher: “a imagem de Maria, símbolo da pureza que eleva e transforma e alma do homem” (BRANDEN, 1988, p. 35). A partir daí tem-se a gênese das concepções de mulher da cultura ocidental: existe um tipo de mulher para ser admirada e amada, com a qual o homem deve se casar, e um tipo de mulher para ser desejada, com a qual o homem deve apenas se divertir.

Segundo Branden (1988), o ideal de amor apregoado pelo Cristianismo fazia também a separação entre amor e sexo, pois para ele a fonte do amor é Deus, e a origem do sexo é o diabo. O moralmente correto, então, era a abstinência sexual. Para as pessoas que não conseguissem viver esse ideal, restava o casamento, o qual era visto na época como um “remédio” para combater a imoralidade. Apesar de ser um sacramento da Igreja, o casamento era ainda uma instituição econômica e política, não havendo união deste com amor.

No século IX surgiu na literatura uma mistura de crenças a respeito do amor e do casamento, que ficou conhecida como a “doutrina do amor cortesão”. Robert Johnson (1987, *apud* CARDELLA, 1994, p. 34) cita suas principais características:

1. Não deveria haver envolvimento sexual entre a dama e o cavaleiro; 2. O relacionamento tinha por natureza o envolvimento espiritual, e como objetivo elevar os parceiros além do nível físico da experiência; 3. Para manter acesa a paixão, deveriam “espiritualizar” o desejo, mas jamais concretizá-lo.

De acordo com Costa (1998), essa doutrina é a precursora do amor romântico que surgiu nos séculos XVII a XIX. Ela veio disputar o cenário cultural com o amor apregoado pelo Cristianismo: enquanto o amor cristão era o conhecimento da essência divina, pelo ato de adorar e contemplar a Deus, o amor cortês era a vivência dessa essência, através da adoração da pessoa amada. Cardella (1994) diz que no amor cortês o amor deixou de ser divino para ser humano, ao que ela chamou de “humanização do amor”.

Branden (1988) explica que, como os casamentos eram arranjos políticos ou econômicos, não havia a precondição de amor entre os cônjuges para se unirem. Sendo assim, segundo a doutrina do amor cortesão, o amor passional e espiritual deveria acontecer entre os amantes em relações extraconjugais. Esse amor não podia ser consumado, e por isso os amantes sofriam um pelo. De acordo com Costa (1998), no amor cortês, a felicidade estava na própria renúncia.

Branden (1988) esclarece que, segundo historiadores, o amor cortês foi o marco do início do conceito de amor romântico adotado na modernidade. Nele estão presentes alguns princípios que se mantêm até hoje: a liberdade da escolha do homem e da mulher para um amor autêntico, baseada na admiração e respeito entre eles e o fato de o amor ser de fundamental importância para que a vida tenha sentido.

Um romance, do século XII, merece especial atenção por ser considerado por muitos historiadores o grande marco do surgimento do amor romântico: Tristão e Isolda. Segundo Wisnik (1987), há várias versões desta história, e o original nunca foi encontrado. De acordo com Cardella (1994) a partir de Tristão e Isolda, surgiram vários outros romances, seguindo o

mesmo modelo: um cavaleiro que amava uma dama, a qual era símbolo da perfeição e da beleza, e a fonte de inspiração do cavaleiro; ela o tornava nobre, refinado e espiritualizado. Wisnik (1987) acrescenta que em Tristão e Isolda têm origem as histórias em que os casais se amam apaixonadamente e morrem de tanto amar, passando por cima de tudo o que for necessário para estarem juntos. Eles são regidos então, não mais pelas leis sociais ou religiosas, mas pelo amor que sentem um pelo outro.

Conforme Branden (1988), durante o Renascimento (século XV ao XVII), houve várias revoluções econômicas, políticas e sociais, e a Igreja foi perdendo cada vez mais seu poder. Mesmo assim, o casamento continuou a ser visto como uma instituição política e econômica e o sexo ainda como subversivo à vontade de Deus. Na literatura, porém, começou-se a se falar do amor como uma pré-condição para o casamento e houve também um esforço para que a sexualidade fosse aceita. Apesar de os casamentos continuarem a ser feitos por conveniências políticas ou financeiras, foi amplamente aceita na sociedade da época a idéia de que homem e mulher deveriam aprender a se amar depois de se casarem.

Com o desenvolvimento científico, a religiosidade foi perdendo o poder. Os estudiosos retomam a dicotomia razão e paixão. Costa (1998) diz que, entre os séculos XVI e XVII, houve uma grande reflexão científica sobre a natureza humana, na qual começava a se falar em subjetividade. Surgiu uma nova visão de homem, desafiando valores religiosos, segundo a qual este não era um pecador. O sexo passou a ser considerado uma atividade humana, como um esporte ou uma aventura, e foi destituído de significado ou importância afetiva, como a brincadeira de dois animais. O amor romântico com enfoque espiritual ou passional foi considerado não científico. Para a ciência, só se devia levar em consideração aquilo que pudesse ser experimentado e comprovado segundo seus parâmetros. Lebrun (1987) diz que, ao ser estudado e explicado cientificamente, o amor deixou de ser amor, pois foi reduzido a sensações físicas prazerosas.

De acordo com Branden (1988), o surgimento da industrialização e do capitalismo no século XIX trouxe, além do bem estar material, a mentalidade de que o homem deveria ser livre para escolher seus compromissos. Juntamente com a liberdade econômica, nasceu a liberdade intelectual. A mulher deixou de ter o papel apenas de procriadora, e com sua inserção o mercado de trabalho, tornaram-se disponíveis para ela possibilidades de auto-sustento. Ela passou a ser independente social e legalmente, estabelecendo com o homem uma relação de igualdade. A idéia aceita pela sociedade era que a felicidade terrena era natural e possível. Pela primeira vez na história, os casais se formavam não por interesses políticos e econômicos, mas para dividir a vida em busca de felicidade e realização pessoal. Finalmente, nasce o amor romântico, o qual se tornou a base do casamento e era valorizado culturalmente.

Essa nova visão do amor foi amplamente influenciada por uma corrente literária que surgiu durante a Revolução Industrial: o Romantismo. Baseada no amor cortês do século IX, esta corrente definia o amor como “um desejo de união entre duas almas altamente individualistas, com semelhanças espirituais fundamentais e assim era de extrema importância encontrar o companheiro ideal, escolher a pessoa apropriada” (BRANDEN, 1988, p. 46).

Durante o século XIX, o casamento e a família passaram a ser considerados instituições necessárias à estabilidade social, tornando-se cada vez mais civis que religiosos, sendo regidos pela legalidade. De acordo com Branden (1988), o sexo deixou de ser um pecado para ser considerado uma função humana natural, que possui significados profundos. Diante de tantas mudanças sociais, muitas pessoas viam no amor a única forma de segurança, e este era um “aliado” do casamento. No mesmo sentido, Costa (1998) diz que amor romântico moderno se tornou um meio para o equilíbrio entre a felicidade pessoal e o compromisso com os ideais da sociedade.

Costa (1998) define o amor romântico da modernidade assim:

(...) O amor é mistério, magia e idolatria sexual do parceiro. Devemos nos entregar a ele, mesmo sabendo que estamos nos entregando às incertezas do acaso. Tudo pode dar certo e tudo pode dar errado. Não obstante a incerteza, é assim que se ama. Sem esta passividade cega, não conheceremos o êxtase amoroso (p. 70).

Fazem parte deste cenário amoroso sofrimentos, frustrações, e desenlaces dramáticos. Segundo o mesmo autor, esta forma de conceber o amor era uma forma de luta contra a religião, as convenções sociais e a própria burguesia, pois ao se priorizar os sentimentos individuais, pode se por em risco a ordem social. Percebe-se, por essa definição de amor, a influência do amor cortês do século IX no amor romântico moderno.

Segundo Branden (1998), a falha do romantismo moderno foi a separação entre razão e paixão, pois se acreditava que o ser humano era movido apenas pela paixão, o que torna o amor ilusório. Para o autor, faltou ao Romantismo um “realismo psicológico”.

De acordo com o mesmo autor (1988), a semelhança entre o amor romântico moderno e a concepção de amor da sociedade atual é a crença na idéia de que o homem tem seu destino em suas mãos, o qual é determinado por seus objetivos pessoais. Costa (1998) aponta cinco características do amor romântico atualmente:

(...) (a) a idealização de um sentimento pessoal, apresentado como pleno, mágico, extático e superior em intensidade e gozo a qualquer outra experiência emocional do indivíduo; (b) a desqualificação moral do exercício puramente físico da sexualidade; (c) a exigência de uma sexualidade livre e, ao mesmo tempo, submissa ao amor. Só esta última condição a torna digna do amor sublime; (d) o estabelecimento da sexualidade como pré-requisito da realização do amor sublime e a conseqüente “sexualização do universo” e, por fim, (e) a exigência de que o indivíduo entregue sua chance de felicidade ao acaso, já que a ele pertence o poder de revelar a pretensa imagem do ser amado que ele possui sem saber, e que corre o risco de jamais

encontrar enquanto viver, pois pode confundi-la com mais uma miragem (COSTA, 1998, p. 74).

O autor considera este ideal de amor romântico muito exigente e, portanto, muito difícil de ser conseguido.

De acordo com Cardella (1994), ao longo da história da sociedade ocidental, o amor foi desconsiderado em detrimento de outros valores, como poder, progresso, desenvolvimento científico. A capacidade intelectual do homem evoluiu bastante, porém, não foi acompanhada pela evolução de sua capacidade de amar e de ser amado. Atualmente, mesmo com tantas conquistas nas áreas científica, tecnológica e intelectual, o homem contemporâneo sente-se vazio, solitário e sem esperança. Ele busca o amor para afastar estes sentimentos e para dar sentido às suas realizações. A autora acredita que o amor atualmente é um dos maiores desejos e necessidades do homem.

CAPÍTULO 2 - SOBRE A MULHER: AS REPRESENTAÇÕES SOCIAIS DO FEMININO AO LONGO DA HISTÓRIA

Para se compreender as relações entre homens e mulheres na atualidade, é necessário levar em consideração aspectos sócio-culturais, econômicos, jurídicos, psicológicos, os quais permitem uma visão totalizadora deste fenômeno. Marodin (1997) diz que são estes aspectos que diferenciam o masculino do feminino. Para essa autora, “o papel de gênero é, então, o conjunto de expectativas em relação aos comportamentos sociais que se esperam das pessoas de determinado sexo” (MARODIN, 1997, p. 9-10). Ela explica que a sociedade atribui funções diferenciadas para homens e mulheres, como tarefas próprias da natureza de cada sexo.

De acordo com Marodin (1997), tais funções são ensinadas principalmente pela família, que está inserida em um contexto sócio-cultural de determinada época histórica, recebendo influências externas referentes aos valores sociais e internas relativa aos valores próprios do casal. Este sistema de crenças que define o que é ser homem e ser mulher é passado de geração para geração e tem caráter normativo.

Conforme o que foi discutido no primeiro capítulo, Guimarães (1997) comenta que a discriminação entre feminino e masculino existe desde a origem da civilização humana. Segundo esta autora, a Antropologia explica que, quando as sociedades primitivas passaram a ser nômades, foi necessária a separação dos papéis do homem e da mulher. Ele precisou sair para caçar e envolver-se em guerras para defender o território, enquanto ela se ocupou de plantar e colher, cuidar dos filhos e da casa. A partir da sobra de alimentos, surgiu o comércio e o acúmulo de patrimônio. O desejo do homem de transmitir seus bens a herdeiros legítimos fez com que ele se apropriasse da mulher para garantir sua sucessão.

Favaro (2002) acrescenta, em conformidade com o que foi dito no primeiro capítulo, que o casamento não surgiu como uma união baseada em amor, mas como um meio de controle do homem para assegurar sua paternidade, já que os filhos herdariam seu nome e bens. Ela explica ainda que a palavra família, etimologicamente, é derivada da palavra *famulus*, que significa escravo doméstico. Sendo assim, o termo família foi usado para designar o grupo de pessoas que pertenciam a um homem. A monogamia foi uma maneira de assegurar subserviência e a fidelidade da esposa.

De acordo com Guimarães (1997) foi assim que surgiu a família patriarcal. Marodin (1997) explica que, na família patriarcal, o homem tem uma posição superior à da mulher, pois ele é o chefe do lar, é quem trabalha fora e garante o sustento da família, por isso suas tarefas têm mais status e maior reconhecimento. A mulher, por sua vez, é a guardiã do lar e a ela cabem os serviços domésticos e a educação dos filhos. Esta forma de organização social não permite que haja igualdade entre os sexos, pois coloca todo o poder concentrado no homem e torna a mulher impotente, frágil e dependente.

No sistema patriarcal, é ensinado à mulher que seu papel é ser uma excelente mãe e dona de casa, e como ela vive em uma boa situação, já que é sustentada pelo marido, não tem de que se queixar. Além do trabalho da mulher não gerar nenhum ganho econômico, ele é considerado inferior ao do homem e é desvalorizado. Guimarães (1997) esclarece que a família patriarcal tornou a mulher uma propriedade do marido, desvalorizando-a, e a partir daí iniciou-se a construção de uma identidade feminina baseada na submissão que é transmitida de geração em geração.

Kreps (1992) define o patriarcado como uma forma de organização social em que o poder está nas mãos do homem mais velho ou do pai, o qual é considerado o chefe da família, e tanto a descendência quanto o parentesco seguem a linha masculina. Neste sistema, a mulher é subordinada ao homem e é considerada inferior a este. A mesma autora explica que

o patriarcado é a base da civilização ocidental e se estruturou gradualmente desde a Antiguidade, sendo fundamentado tanto na religião, pela Bíblia, quanto na ciência, a partir de Aristóteles e se estendendo até os estudiosos do século XX.

Na Antiguidade Clássica, apesar de existirem deusas do sexo feminino, a mulher, em geral, era considerada inferior ao homem. Nas cidades gregas havia, inclusive, a separação entre espaços masculinos e femininos, que compreendiam, respectivamente, o espaço público e o espaço doméstico. O espaço público era o lugar da política, da filosofia, das artes, e o espaço doméstico, o espaço de dentro de casa (FAVARO, 2002).

Para ser considerado cidadão, o indivíduo grego precisava ser do sexo masculino e não estrangeiro. Havia a crença de que os deuses haviam criado a mulher para fazer as atividades domésticas, e os homens para as demais atividades. A educação dada à mulher tinha o objetivo de lhe restringir o máximo possível o acesso ao conhecimento. Com isso, a mulher era vigiada para ver e ouvir o mínimo necessário, a fim de não exercitar o pensamento. A ela cabiam as tarefas que eram consideradas inferiores, necessárias à subsistência dos homens, como fiar, tecer, preparar as refeições, realizar trabalhos pesados como extração de minérios e atividades rurais, além do papel de procriação e cuidado com os filhos, o que exacerbava a desigualdade entre os gêneros. Desse modo, segundo Favaro (2002), na sociedade grega, a mulher era equiparada aos escravos.

Kreps (2002) comenta que, para Aristóteles, o homem possui a semente com o princípio da vida, que dá origem a um ser perfeito, ou seja, a sua própria imagem: um menino saudável. A mulher, por sua vez, não possuidora do princípio da vida, gera um modelo imperfeito: um homem mutilado, o que faz dela um ser inferior. Strey *et al* (1997) acrescenta ainda que Aristóteles descrevia a mulher como tendo uma capacidade cognitiva pouco desenvolvida e como indigna de confiança.

De acordo com Reis Prá (1997), o pensamento Aristotélico predominou durante toda a Idade Média e foi divulgado nos séculos posteriores pela Igreja Católica para justificar a submissão das mulheres. Sua influência se estendeu ao pensamento de diversos pensadores, como a Tomás de Aquino, filósofo italiano e santo da Igreja Católica. Ele escreveu, no século XIII, que o homem possui em sua semente uma força ativa, que dá origem a um ser perfeitamente semelhante a ele, e que a semente da mulher, possuindo uma falha em tal força, torna-se imperfeita e ilegítima. Ou seja, Tomás de Aquino praticamente parafraseou Aristóteles.

A Bíblia diz que a mulher foi retirada da costela de Adão e criada para fazer-lhe companhia. Foi ela que levou o homem a desobedecer a Deus e a ser expulso do paraíso. De acordo com Alves (2003), isto levou à construção social de um sentimento de culpa da mulher, que contribui para a manutenção de sua submissão ao homem. Com a figura de Maria, valorizada pela Igreja, a mulher passou a ser mais valorizada por seu papel de mãe, porém se mantiveram em seu perfil as características de obediência, doçura e subserviência. Alves (2003) diz que a identidade da mulher é entendida e fundamentada a partir dos mitos de criação da humanidade e da origem de existência humana na Terra. Ambas as origens apresentadas, tanto a Bíblica quanto a aristotélica, colocam a mulher como inferior. Strey *et al* (1997) concorda com esta idéia e diz que, dificilmente, a condição de inferioridade da mulher será superada do imaginário popular, já que está presente nas bases das crenças do surgimento da humanidade.

De acordo com Kreps (1992), a influência de Aristóteles e da Bíblia foi tão grande a ponto de fazer com que o patriarcado se estabelecesse na sociedade ocidental e fosse considerado natural, produzindo assim muitos benefícios aos homens. Esta forma de organização social passou não só a ser a realidade desta sociedade, como também uma ideologia, considerada certa. Alves (2003) diz que este sistema social levou à divisão dos

papéis femininos e masculinos, cabendo ao homem o sustento da família, a política e a defesa da sociedade e, à mulher, as tarefas domésticas, relativas à alimentação, vestuário, cuidado das crianças e dos idosos. A princípio, esta divisão era simplesmente uma forma de organização social, mas ao ser legitimada pela religião e pela ciência passou a ser considerada natural.

Estas heranças científicas e religiosas levaram as mulheres a serem vistas como vis, invejosas, inconstantes, imprudentes, incorrigíveis, ambiciosas, preguiçosas, pouco inteligentes, levadas a divagações inúteis, frágeis. Tais características eram consideradas como próprias da natureza feminina, conforme Alves (2003). Por isso, se fazia necessário que o homem controlasse a mulher e a mantivesse sob vigilância constante, além de precisar cuidar dela. Com estas características perigosas, as mulheres eram mantidas apenas em ambientes domésticos e para serem aceitas na sociedade, elas precisavam ser humildes, obedientes, recatadas e submissas.

Segundo Reis Prá (1997), durante o século XIX várias ciências elaboraram teorias a fim de tentar comprovar a “deficiência da natureza feminina”. Havia a crença de que a mulher tinha uma reduzida capacidade física em comparação à capacidade física do homem, que lhe permitia somente os esforços das tarefas domésticas. De acordo com tal crença, caso a mulher quisesse desempenhar as mesmas atividades que os homens, sua capacidade de procriação estaria comprometida e ela se tornaria infértil. Outra idéia difundida era a de que o cérebro feminino era menor que o masculino e por isso o ensino do homem e da mulher deveria ser diferenciado. Como a mulher era considerada menos inteligente, seu estudo deveria restringir-se apenas à alfabetização, economia doméstica e ensino religioso.

Kant, filósofo alemão do mesmo século, considerava a mulher inferior ao homem a tal ponto que, ao elaborar seus princípios de justiça, excluiu-a, equiparando-a a “idiotas”. Darwin, autor da teoria da evolução, era da mesma opinião. Tendo reconhecido que a

intuição, a percepção rápida e a capacidade de imitação das mulheres são mais desenvolvidas que as dos homens, disse que tais aptidões são características encontradas em civilizações passadas, portanto, de seres inferiores (KREPS, 1992).

Reis Prá (1997) acrescenta que de acordo com as idéias darwinianas, a sobrevivência da espécie é mais importante que a sobrevivência individual e, por isso, acreditava-se que a mulher tinha um instinto maternal que deveria ser preservado. Portanto, sua função era ser mãe, para garantir a sobrevivência da humanidade, o que não permitia que a mulher participasse de outras atividades.

O Positivismo de Augusto Comte, por sua vez, considerava a mulher intelectualmente inferior ao homem, mas, por outro lado, afirmava que suas capacidades afetiva e moral eram superiores as dele. Sendo assim, os sexos eram complementares, e estas capacidades diferenciadas explicavam que no homem prevalecia o instinto sexual e na mulher o instinto maternal, o que justificava o fato de ela dever estar inteiramente voltada para o lar e para a família (STREY *et al*, 1997).

Alves (2003) afirma que só se começou falar em emancipação feminina a partir do século XX. De acordo com Marodin (1997), transformações ocorridas neste século nos âmbitos sócio-cultural, econômico, científico, legal e religioso, levaram a sociedade a repensar os conceitos de feminino e de masculino. As guerras mundiais desequilibraram a economia e foi necessário que as mulheres comessem a trabalhar fora de casa, ou seja, ocupar um lugar tradicionalmente masculino. Além disso, o surgimento de eletrodomésticos, lavanderias, creches, roupas prontas, facilitaram a vida da mulher na esfera doméstica.

A partir do século XX, as questões religiosas tiveram seu valor diminuído, influenciando menos a vida das pessoas, como por exemplo, em relação à obrigatoriedade do casamento, ao número de filhos, e à frequência das relações sexuais. O avanço científico trouxe a criação de métodos contraceptivos e permitiram que a mulher pudesse usufruir de sua

sexualidade sem as conseqüências de uma gravidez. Neste contexto, ela descobre o prazer sexual e seu direito de controlar a reprodução. Nas questões legais, torna-se possível a dissolução do casamento. Com a independência econômica da mulher, ela adquiriu maior liberdade para optar se quer ou não permanecer no casamento. Atualmente as uniões estáveis já são reconhecidas e o lugar da mulher como “rainha do lar” e do homem como “cabeça da casa” são contestados (MARODIN, 1997).

Estas mudanças se devem também ao desenvolvimento do feminismo, movimento iniciado nos Estados Unidos nos anos 60 e que teve como característica fundamental a defesa de uma sociedade justa e igualitária. De acordo com Reis Prá (1997), nos anos 60 houve intensas mobilizações sócio-políticas em diferentes partes mundo, que deram oportunidade para que idéias feministas se desenvolvessem e formassem uma corrente cultural muito forte. O feminismo fez com que os modos de se pensar os papéis do homem e da mulher fossem revistos, provocando mudanças nos aspectos culturais, nos valores sociais e no comportamento dos indivíduos. Apesar de não ser possível dimensionar tais mudanças com precisão, elas são perceptíveis no cotidiano, pois hoje já não se aceita a submissão e a inferioridade das mulheres como uma condição da natureza feminina.

Todas essas transformações quebraram um pouco o estereótipo da família patriarcal que cristalizava o lugar do feminino e do masculino na sociedade. Guimarães (1997) esclarece que tais mudanças fizeram com que a mulher do século XX criasse uma nova identidade, porém, como diz Marodin (1997), ainda hoje há muitas heranças da organização patriarcal nas relações entre homens e mulheres e na concepção do que é ser homem e ser mulher.

Petersen (1997) discute o fim das desigualdades entre homens e mulheres na atualidade e comenta que, embora muitos avanços tenham ocorrido, elas ainda existem e permanecem profundas. É inegável que a mulher conquistou um grande espaço no mercado de trabalho, além disso, cresce o número delas em universidades, bem como sua participação

na política. A própria Constituição brasileira garante a igualdade como um princípio geral. Mas, nem por isso, pode-se dizer que inexistem desigualdades entre os sexos, já que estas foram construídas ao longo da história e permanecem como ideologia. A autora apresenta alguns exemplos: mulheres, exercendo o mesmo trabalho que o homem, geralmente são menos remuneradas que este; dificilmente elas ocupam cargo de chefia; como na cultura brasileira, a política é considerada “coisa de homem”, a participação delas nesta esfera não é encorajada. E como se isto não bastasse, as profissões que são consideradas “femininas” gozam de menor prestígio social: domésticas, secretárias, enfermeiras, professoras.

É interessante analisar a Constituição Brasileira. Ela assegura a igualdade em direitos e obrigações entre homens e mulheres, reforçando que os deveres e direitos na relação conjugal devem ser os mesmos para ambos os sexos. Assegura ainda que qualquer discriminação destes direitos será punida, proibindo diferenças de salário, exercício de função e admissão no trabalho por motivo de sexo. Mesmo com todas essas garantias, ainda hoje existem desigualdades entre homens e mulheres. A este respeito Guimarães (1997) reflete que

(...) não basta que a igualdade jurídica da mulher seja constitucionalmente assegurada. Para que a igualdade se torne efetiva, é necessário repensar o mito da submissão feminina a partir da compreensão dos mecanismos de discriminação: institucionais, sociais, educacionais e principalmente internos, emergentes da identidade psicológica (GUIMARÃES, 1997, p. 36).

A autora acredita que só quando a igualdade for um sentimento interior, ou seja, quando fizer parte da identidade da mulher, é que ela se estenderá para o espaço público. A este respeito, Reis Prá (1997) afirma que é imprescindível que os educadores de um modo geral, pais, professores, formadores de opinião pública, modifiquem sua maneira de ensinar, para que se tenha uma sociedade mais justa e igualitária.

CAPÍTULO 3 SOBRE AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS E A CODEPENDÊNCIA AFETIVA

O termo “mulheres que amam demais” foi usado pela primeira vez pela terapeuta conjugal e familiar Robin Norwood, em seu livro *Mulheres que amam demais*, escrito no ano de 1986, a partir de sua experiência pessoal e clínica. A princípio, Norwood atendeu indivíduos viciados em drogas e suas famílias, e descobriu um padrão de comportamento, idéias e sentimentos nas esposas ou companheiras desses indivíduos, ao que ela chamou de fenômeno de amar demais. Todas essas mulheres tinham uma grande necessidade de salvar o homem com quem se relacionavam, suportando muitos sacrifícios para fazê-lo, tornando-se viciadas neste relacionamento.

Norwood percebeu que ao lidar com seus companheiros, as mulheres que amam demais recriavam e reviviam experiências de sua infância. Propôs um tratamento semelhante ao dos Alcoólicos Anônimos, que foi a formação de um grupo de ajuda, que segue passos também semelhantes aos do A.A.. O nome deste grupo é MADA (mulheres que amam demais anônimas) e surgiu no Brasil no ano 1994, na cidade de São Paulo. Hoje, há vários deles distribuídos em onze estados brasileiros e no Distrito Federal.

O MADA é destinado a todas as mulheres que possuem ou possuíram um relacionamento que afetou negativa e profundamente suas vidas. É um programa de recuperação para que estas mulheres consigam deixar de ser dependentes de seus relacionamentos destrutivos e aprendam a se relacionar de forma saudável consigo mesmas e com os outros. As integrantes do MADA se ajudam através da troca de experiências, não havendo aconselhamento ou interpretações psicológicas. A recuperação provém da compreensão mútua, a qual traz alívio, e à medida que uma integrante relata seu progresso às demais, suas esperanças de melhorar aumentam.

Norwood (1987) define “amar demais” por:

(...) ficar obcecada por um homem e chamar isso de amor, permitindo que tal sentimento controle suas emoções e boa parte do seu comportamento, mesmo percebendo que exerce influência negativa sobre sua saúde e bem-estar, e ainda assim, achando-se incapaz de opor-se a ele. Significa medir a intensidade do seu amor pela quantidade de sofrimento (NORWOOD, 1987, p. 21).

As características típicas de uma mulher que ama demais, segundo a mesma autora, são:

- ter vivido em um lar que não proporcionou a satisfação de suas necessidades emocionais;
- tentar suprir essa necessidade através de outra pessoa, geralmente homens carentes, tornando-se para isso superatenciosa;
- sentir-se atraída por homens inacessíveis estabelecendo com eles a mesma relação que estabeleceu com os pais, ou seja, tentam transformá-los através de seu amor;
- fazer qualquer coisa para impedir o fim do relacionamento, apresentando atitudes como paciência, tolerância e esforço para agradar cada vez mais, mesmo que este relacionamento não seja compensador, pois a mulher que ama demais está habituada à falta de amor em suas relações pessoais;
- sentir-se totalmente responsável pelas falhas de seus relacionamentos, culpando-se; apresentar auto-estima baixa e a crença de que não tem direito de ser feliz, e sim, deve conquistar esse direito;
- necessitar controlar o relacionamento, o que mascara por sua disposição em ajudar, já que não experienciou na infância segurança em suas relações;
- ser movida pela esperança de como o relacionamento pode vir a ser, e acredita que esta expectativa será alcançada por seus esforços;

- ser dependente de homens;
- possuir tendência psicológica para se tornar dependente de drogas;
- tender à depressão e usar a agitação criada por um relacionamento instável para esquivar-se dela;
- não estar em contato com seus próprios sentimentos e necessidades, pois estes foram negligenciados ao longo de sua vida, e, por isso, não ser capaz de usá-los para se orientar ao fazer suas escolhas.

As características típicas das mulheres que amam demais mostram que elas vivem um tipo de codependência. De acordo com Melody (1995), este termo surgiu em estudos para designar as pessoas que se relacionavam com dependentes químicos, e que manifestavam características de personalidade singulares no que se refere ao modo de se relacionarem consigo mesmas e com os outros. A mesma autora explica que os codependentes tiveram um lar disfuncional, não têm um nível de auto-estima satisfatório, não são capazes de estabelecer limites entre si e o outro, pois não conseguem expressar seus desejos e necessidades, tentam controlar a vida do outro e também permitem que ele o controle. Geralmente os codependentes envolvem-se com um vício para esquivar-se de seus sentimentos dolorosos. Para a autora, o que gera frustração na vida do codependente e o torna confuso é sua tentativa de controlar a vida do outro com quem relaciona, e também se deixar controlar por ele.

Brandem (1998) explica que é natural do ser humano a tentativa de controlar sua vida. Este controle só se torna um problema quando o indivíduo não tem consciência de que é manipulado por várias crenças autodestrutivas, que o levam a se comportar irracionalmente. Tais crenças levam a pessoa a tentar ajustar a realidade àquilo em que acredita, sem perceber que existem outras possibilidades alternativas.

De acordo com Melody (1995), os codependentes foram desprezados, atacados ou abandonados em sua infância, e seus desejos e necessidades foram ignoradas ou

negligenciadas por seus pais. Muitas vezes, estas crianças nunca tiveram consciência de suas necessidades, já que estas não foram satisfeitas, e crescem ignorando-as, passando a satisfazer os desejos e necessidades de outras pessoas e não as suas próprias. Desde cedo aprenderam que não era adequado expressá-las. Agradam excessivamente o outro na esperança de receber o mesmo dele. Em muitas famílias de codependentes, a realidade da criança era desconsiderada de tal modo que para se fazer ouvir esta criança precisava ter um comportamento muito exagerado; desta maneira, como adulto, ela continua a se expressar de maneira exagerada, acreditando que esta é a única forma de fazer o outro lhe dar atenção.

Segundo Keleman (1996), uma distorção de amor na infância acontece quando se responde às necessidades da criança de tal maneira que prejudicará seu funcionamento quando adulto, influenciando na forma deste adulto dar e receber amor, pois “as distorções do amor são realmente distorções do modo como o self somático cresce, usa a si mesmo e forma seu destino básico no mundo” (KELEMAN, 1996, p. 25). O autor explica que a distorção do amor pode ocorrer quando os pais têm a criança como seu único objeto de afeição e amor, ou quando buscam suas realizações pessoais através de seus filhos, como se vivessem por eles, e ainda, quando usam suas crianças segundo seus próprios interesses. Quando adultos, estes filhos buscam viver a mesma experiência de amor que tiveram na infância, procurando ser amados da mesma maneira.

Toda mulher que ama demais teve um grande sofrimento quando era criança, o qual tenta superar no presente, em seu relacionamento atual. Sendo assim, ela busca um relacionamento que reproduz seu sofrimento da infância, acreditando que, desta vez, conseguirá ter domínio sobre ele e o superará. Norwood (1987) esclarece que toda mulher que ama demais já passou, ao menos uma vez em sua vida, por uma experiência de abandono emocional total, o que gera muitos temores e um grande vazio emocional. Por isso, ela se relaciona com um homem que representa a mesma pessoa que a abandonou na infância, e sua

dependência dele é a mesma que sentia quando criança; ela não pode deixá-lo ou ser deixado por ele, porque os mesmos sentimentos de temor e vazio virão à tona. E a mulher que ama demais faz qualquer coisa para que estes sentimentos não aflorem outra vez.

Branden (1998) diz que ao se relacionar com um parceiro que compartilha importantes características com seus pais, a mulher procurará encontrar nele todas as respostas que não obteve quando criança. O autor acredita que esta mulher não entende sua dor e cresce com um sentimento de ter deixado um trabalho inacabado, de ser uma pessoa incompleta, e é isto que influencia sua forma de viver. Relacionando-se com um homem com tais características, a mulher que ama demais acredita que está vencendo o seu passado.

De acordo com Norwood (1987), a grande maioria das pessoas cresce desempenhando os mesmos papéis que desempenhou na infância, em sua família de origem. As mulheres que amam demais desempenharam em sua infância papéis nos quais negavam suas próprias necessidades para satisfazer as de outro membro da família. Geralmente, mesmo precisando de carinho e proteção, elas é que os ofereciam aos demais. E cresceram agindo de acordo com o que aprenderam durante sua vida:

(...) e, ao aprendermos a negar nosso próprio desejo de ser cuidadas, crescemos procurando mais oportunidades de fazer o que sabíamos tão bem: preocuparmo-nos com os desejos e exigências de outras pessoas ao invés de reconhecermos nossos próprios medos, nossa dor e nossas necessidades insatisfeitas. Fingimos por tanto tempo sermos crescidos, pedindo tão pouco e fazendo tanto, que agora parece tarde demais para ser a nossa vez. Então, ajudamos e ajudamos, e esperamos que nosso medo se vá e que nossa recompensa seja o amor (NORWOOD, 1987, p.81).

Um antigo clichê da Psicologia é achar que toda pessoa tende a se relacionar com alguém parecido com seus pais. Norwood (1987) explica que esta idéia é inadequada, e a explica melhor, dizendo que cada um escolhe não um parceiro que seja igual aos seus pais, e

sim um parceiro com o qual se possa relacionar da mesma maneira que se relacionou com os pais, ou seja, alguém com quem se possa experimentar os mesmos sentimentos, passar pelos mesmos desafios. Assim, o indivíduo ficará confortável, pois estará num ambiente familiar a ele. Para a mulher que ama demais isto é um grande problema, pois como ela teve uma infância desconfortável, na qual não teve suas necessidades satisfeitas, procurará um parceiro que lhe oferecerá estas mesmas condições. É com este parceiro que a mulher que ama demais tentará superar os sentimentos de não ser amada e querida, de desamparo e dor vivenciados na infância.

De acordo com Mellody (1995), as famílias disfuncionais, em que o indivíduo tenha sido muito protegido ou protegido insuficientemente, contribuem para que ele não estabeleça seus limites de forma adequada. Os limites são como fronteiras invisíveis em volta de uma pessoa e dizem respeito a como ela deixa que o outro entre em seu espaço e também em como ela entra no espaço do outro, além de ajudarem esta pessoa a se identificar, se reconhecer como única e singular. Os limites permitem que o indivíduo escolha a proximidade que desejar com o outro para compartilhar, se relacionar, interagir, e também permitem que ele se distancie para se proteger quando considerar a proximidade nociva. Se os limites não são desenvolvidos de maneira adequada, a pessoa não tem consciência dos seus nem dos limites dos outros, o que faz com que ela se relacione de uma forma disfuncional. Já que os codependentes tiveram uma família disfuncional, eles apresentam dificuldade em estabelecer intimidade com as demais pessoas, pois intimidade implica em conseguir compartilhar a vida com o outro e deixá-lo compartilhar consigo, sem que nenhum dos dois tente mudar o outro.

Como as experiências vividas na infância não foram saudáveis, as mulheres que amam demais perderam na idade adulta a capacidade de discernir entre aquilo que lhes faz bem e aquilo que lhes faz mal. Na verdade, elas são atraídas por situações perigosas ou desconfortáveis, as quais são réplica daquilo que viveram. Como foram acostumadas com dor

e sofrimento durante seu crescimento, estas mulheres precisam ter relacionamentos na fase adulta nos quais também haja dor e sofrimento. Norwood (1987) acrescenta que as mulheres que amam demais precisam da excitação trazida pela incerteza, da dor, do desapontamento e do conflito para que se sintam vivas, já que estes são sentimentos tão familiares.

É comum que as mulheres que amam demais se relacionem com homens carentes, pois elas se identificam com essa carência e se compadecem dela, tentando aliviá-la. Agindo assim, acreditam que serão amadas e auxiliadas por este homem e sua própria carência também será aliviada. Mellody (1995) diz que os codependentes, na idade adulta, acreditam que a forma que sua família se comportou com eles na infância foi correta. Como não se sentiam bem e felizes com a maneira como eram tratados, passaram a acreditar que eles é que não eram pessoas boas. O mesmo acontece com as mulheres que amam demais; elas acham que o seu parceiro é uma pessoa boa, porém nunca foi verdadeiramente amado, e usam isso como justificativa para todas as suas falhas e todas as atitudes cometidas contra elas, como indiferença, violência, desonestidade, crueldade, vício. Elas tentam compensar todas as carências afetivas deste homem, convencidas de que serão capazes de modificá-lo pela força de seu amor. As mulheres que amam demais acreditam que têm a responsabilidade sobre o relacionamento, e que quando este falha, acham que a culpa é delas. Então, vivem tentando descobrir qual foi seu erro para corrigi-lo, na esperança que o sofrimento cesse.

Melody (1995) explica que o principal sintoma da codependência é o vício. O vício, que pode ser gerado por uma substância ou por um comportamento, alivia uma realidade insuportável e intolerável, e por isso, toma cada vez mais o tempo da pessoa viciada, que deixa de se preocupar com os demais aspectos importantes de sua vida. Além disso, o vício também traz conseqüências prejudiciais e destrutivas. De acordo com Norwood (1987), o relacionamento da mulher que ama demais com seu companheiro é semelhante ao de um dependente químico com a droga.

Assim como um viciado tem seu comportamento alterado pelo uso de substâncias químicas, que são utilizadas como uma válvula de escape para que ele não entre em contato com sentimentos dolorosos, a mulher que ama demais ao relacionar-se com um parceiro cruel, indiferente ou desonesto, também deixa de entrar em contato com suas próprias dores, com o vazio, com o abandono, com o medo e com a raiva. Quanto mais a relação é difícil, maior distância destes sentimentos ela proporciona.

Tanto na drogadicção quanto no vício de amar, há muitas conseqüências prejudiciais, pois o drogaticto sofre com os efeitos do abuso químico e a mulher dos efeitos da tensão excessiva em que vive. Em ambos os casos também, a dependência aumenta o vício. E assim, a mulher que ama demais não consegue abandonar o parceiro, porque, por mais que o relacionamento lhe cause sofrimento, este é menor que o sofrimento que ela enfrentaria se estivesse só. Estar só para ela é estar em contato com as dores do passado e com as dores do presente. A esse respeito, Norwood (1987) faz as seguintes colocações:

(...) sem um homem a quem dirigir a atenção, entramos em estado de abandono, freqüentemente com muitos dos mesmos sintomas físicos e psicológicos do estado que acompanha o verdadeiro abandono do uso de drogas: náuseas, suadouro, arrepios, tremedeira, aceleração cardíaca, pensamento obsessivo, depressão, insônia, pânico e ataques de ansiedade. Num esforço de aliviar esses sintomas, retomamos com o último parceiro ou procuramos desesperadamente por um outro (NORWOOD, 1987, p.38).

Branden (1988) explica que nos relacionamentos que possuem características de um vício os participantes têm sua auto-estima muito baixa, pois ela depende da aprovação e validação do outro. Mellody (1995) esclarece que a auto-estima é um sentimento de valor que o indivíduo tem para consigo mesmo. Ela acredita que o codependente possui baixa auto-estima, e fica dependendo da estima alheia, ou seja, das opiniões e comportamentos dos

outros acerca de si mesmo. O problema de se basear na estima alheia é que esta é muito vulnerável por estar fora do controle do indivíduo. Para Branden (1988), um requisito para que o amor saudável aconteça é o indivíduo sentir que tem o direito de ser amado e acreditar que ser amado é natural, o que não acontece com as mulheres que amam demais, as quais pensam que precisam conquistar o direito de serem amadas. De acordo com o autor, nenhuma fonte externa à pessoa pode satisfazer sua necessidade de apoio, pois se tem um problema interior. Daí a impossibilidade de as mulheres que amam demais viverem plenamente o amor.

Keleman (1996) diz que, em geral, as pessoas têm pouca compreensão a respeito do amor. Elas o conhecem pelas interações que tiveram com seus familiares quando crianças e, mais tarde, com o que vêem em jornais, novelas, televisão, filmes. Norwood (1987) aponta a grande influência exercida pela cultura na concepção social do que é amar e ser amado. É uma herança do romantismo, conforme foi discutido no primeiro capítulo deste trabalho, o fato de romances, novelas, teatros, músicas, cinema, geralmente apresentarem relacionamentos não recompensadores e imaturos, e estes serem exaltados. Assim, cria-se a falsa idéia de que amar significa sofrer e de que quanto maior o sofrimento, maior é o amor. Então, aprende-se que esta é a forma certa de amar.

De acordo com o que foi discutido acerca do amor no primeiro capítulo, para que uma pessoa se relacione amorosamente de maneira madura, de forma que isto proporcione o crescimento de ambos, ou seja, amor *agape* ou amor erótico, é necessário que ela seja capaz de satisfazer suas próprias necessidades, em vez de buscar supri-las através do parceiro. Outra condição imprescindível para que se consiga aceitar e receber o amor é amar a si próprio. Dessa maneira, pode-se dizer que as mulheres que amam demais não conseguem estabelecer relações de amor saudáveis e compensadoras, pois lhes faltam estas duas pré-condições do amor. Assim, o amor vivido por tais mulheres assemelha-se ao amor romântico ou *eros*.

Sendo assim, percebe-se que essas mulheres têm a mesma forma de amar que a surgida no Romantismo, em que o amor é idealizado e que se acredita que a felicidade só é alcançada através da pessoa amada, por isso se deve aceitar qualquer sofrimento para estar do lado dela. As mulheres que amam demais fazem parte do grupo de pessoas, que, de acordo com o que foi exposto no primeiro capítulo, usam o amor para afastar os sentimentos do homem contemporâneo de vazio, solidão e desesperança, sendo o amor uma forma de “segurança” frente a tantas mudanças sociais repentinas.

Kreps (1992) fala como geralmente são as histórias românticas tão difundidas culturalmente: há sempre uma heroína que tem muitas características atraentes aos homens, é inteligente, bonita, tem uma grande capacidade para cuidar dos outros, e que geralmente não tem consciência do quanto que ela é fascinante. O herói, por outro lado, é arrogante, duro, não expressa sentimentos, dominador e despreza as mulheres. A heroína passa por grandes dificuldades e consegue superá-las muito bem, e num certo momento conhece o herói. Eles podem sentir uma aversão ou atração mútuas e se apaixonam. Quando ele declara seu amor, a heroína reinterpreta o desprezo que o herói tinha pelas mulheres, e acredita que encontrou o grande amor de sua vida, ele se torna sua razão de viver. E assim, a mulher que era independente, que sabia resolver suas dificuldades sozinha, ao deixar que o homem se torne o centro de sua vida, vai deixando as demais coisas que também eram importantes, como profissão, aprendizado, atividades de lazer, para se dedicar somente ao seu amor; ela se torna cada vez mais passiva e dependente dele, e a história termina com um “e viveram felizes para sempre”.

A mesma autora diz que, culturalmente, se espera que a mulher seja boa, e para ser boa, ela precisa amar. Assim a mulher se torna a responsável por distribuir o amor, o qual é considerado um tema feminino. Percebe-se que a “heroína” descrita por Kreps (1992) tem muitas características das mulheres que amam demais. Portanto, pode se dizer que o

comportamento das mulheres que amam demais é não só influenciado pela cultura, como também muitas vezes aprovado por ela, como sendo o comportamento que toda “boa mulher” deveria ter.

A este respeito pode se acrescentar que, conforme foi discutido no segundo capítulo, por mais que a mulher tenha conseguido maior participação e valor social em relação ao homem, ainda hoje existem muitos reflexos da sociedade patriarcal, que dentre outras, tem como ideologia a crença de que a mulher é a responsável pela manutenção do amor e do casamento, devendo se submeter a tudo o que for necessário para isso, e também a aceitação de que fazem parte da natureza masculina as grosserias, os maus-tratos, a infidelidade, e, da natureza feminina, a paciência, a subserviência, a compreensão, o cuidado. Isto faz com que a mulher que ama demais se sinta na obrigação de suportar uma relação não-recompensadora e acreditar que esta é sua obrigação como mulher.

CAPÍTULO 4 - SOBRE A GESTALT-TERAPIA

A Gestalt Terapia compreende o homem e o ambiente em que vive como partes de um mesmo campo que está sempre mudando. Essas mutações acontecem devido às influências que o meio exerce no organismo e, também, pelas influências que o organismo exerce no meio. Devido às mudanças constantes do campo, o indivíduo precisa estar sempre se adaptando a elas. Sua forma de relacionar-se com o meio, portanto, deve ser fluida e mutável (PERLS, 1981).

Perls (1981) explica que o organismo tem a capacidade de discriminar o que é bom e também o que é nocivo para ele. O autor usa o instinto de fome para teorizar acerca do funcionamento orgânico e considera a agressividade oral, ou a capacidade para transformar (morder e mastigar) o meio como seu principal recurso na busca por equilíbrio e crescimento.

Da mesma maneira que ao se alimentar o organismo usa a agressividade para mastigar o alimento e digeri-lo, o qual é assimilado e integrado à sua totalidade, ele deve digerir o alimento psíquico. Perls (1975, *apud* PIMENTEL, 2003) relaciona os estágios humanos de mamar, morder e mastigar com os estágios psicológicos que correspondem, respectivamente, à recepção, transformação e assimilação do alimento psíquico. Assimilação e transformação implicam na atitude de escolher, ou seja, o organismo separará aquilo que lhe for nutritivo, para integrar ao seu self, daquilo que é prejudicial, o que ele descartará. Dessa maneira, o indivíduo se diferencia do outro, estabelecendo seu equilíbrio. É dessa forma que o self cresce e amadurece.

De acordo com Ribeiro (1994) o homem se relaciona com seu meio através do contato, acrescentando-lhe coisas novas e também recebendo outras dele, para depois separar-se novamente, de modo que após o contato tanto indivíduo quanto o meio sejam

transformados. O ser humano está sempre fazendo contato, pois este é um processo que nunca se acaba. O autor acrescenta que o homem é o resultado dos contatos que fez em sua vida.

Ribeiro (1994) esclarece que um contato verdadeiro é aquele em que o indivíduo consegue entrar no mundo do outro e que este consegue entrar em seu mundo. Para que o contato verdadeiro aconteça, é necessário que o organismo se perceba como um ser singular, diferenciado do meio ou do outro, e tenha consciência de si mesmo no momento presente, percebendo a sua realidade e também a realidade do outro. Tenório (2003) explica que o órgão através do qual o organismo se relaciona com o meio chama-se fronteira de contato.

A fronteira de contato é como uma cerca invisível que separa e ao mesmo tempo conecta o indivíduo com o meio, na medida em que ele se abre e se fecha, de acordo com os contatos que este indivíduo deseja realizar. A partir dos contatos que estabelece, o homem aprende a discriminar o que é bom para si, abrindo sua fronteira para poder assimilar isto, e, também, aquilo que é nocivo, impedindo a entrada disto através do fechamento de sua fronteira de contato (PIMENTEL, 2003; TENÓRIO, 2003).

Para Pimentel (2003), quando um alimento ou aquilo que é oferecido pelo meio é nocivo, o organismo pode rejeitá-lo, ou, caso seja ingerido, pode ser repugnado, o que consiste em colocar pra fora o alimento tóxico que foi engolido. Mas se o organismo aceita o alimento nocivo sem conseguir mastigá-lo, o alimento fica dentro dele, mas não é integrado, fazendo-lhe mal. Isto é o que a Gestalt Terapia chama de introjeto tóxico.

A mesma autora acrescenta que o funcionamento psíquico é similar ao físico. O organismo precisa receber coisas do meio para garantir sua sobrevivência, equilíbrio e crescimento. Quando estas coisas são nutritivas, engolidas, assimiladas e integradas a ele, promovem seu desenvolvimento saudável. Por outro lado, deve usar seus dentes ou sua agressividade para defender-se e transformar o que for nocivo ou incompatível com suas necessidades e capacidades para digerir e assimilar determinado tipo de alimento, informação

ou experiência. Este seria o funcionamento saudável do organismo. Quando, porém, um indivíduo aceita algo nocivo, sem mastigar, aquilo permanece inteiro dentro do organismo como um introjeto tóxico, causando a desintegração do self e o conflito entre aspectos introjetados e não introjetados.

Desse modo, é a agressividade que permite a transformação e a assimilação dos alimentos psíquicos oportunos ao crescimento do self. O organismo está sempre desempenhando “funções de iniciativa, mobilização, integração e separação dos alimentos, num contínuo movimento de equilibrar-se, desequilibrar-se e reequilibrar-se” (PIMENTEL, 2003, p. 44). No funcionamento saudável, o indivíduo abrirá sua fronteira para assimilar e integrar o que for nutritivo ao self e, do mesmo modo, fechará a fronteira para o que for tóxico ou incompatível com suas necessidades orgânicas, usando os dentes para se defender ou para destruir os elementos nocivos impostos pelo meio.

Durante o crescimento, esta capacidade do organismo de discriminar o que é tóxico e o que é nutritivo é constantemente exercitada. Tudo o que existe na mente humana, como crenças, valores e conceitos, é construído na relação do indivíduo com seu meio. Para que esses conteúdos sejam integrados ao indivíduo, é necessário que este os receba, transforme e assimile. Por outro lado, quando o indivíduo engole o que vem de fora sem mastigar e sem assimilar, isto fica alojado no organismo como corpos estranhos. (PERLS, 1981)

No campo existencial existem necessidades que são próprias do meio e necessidades que são próprias do indivíduo. Uma pessoa com funcionamento saudável possui sua fronteira de contato bem delimitada e consegue distinguir quais são as suas necessidades e quais são as necessidades do meio. Ela é capaz de identificar qual a necessidade é mais importante no momento e escolher como deve agir.

De acordo com Pimentel (2003) o alimento psíquico que faz com que o self cresça e se desenvolva, é fornecido pelo meio e pelo outro. Ao identificar sua prioridade no momento e

ao escolher aquilo que é nutritivo para si mesmo, o organismo faz contato e se integra ao seu ambiente, formando um campo indiferenciado, onde organismo e meio se misturam formando uma totalidade homogênea. Tenório (2003) explica que essa totalidade é o fundo, do qual emergem as figuras, que são as necessidades do organismo produzidas pelo desequilíbrio e diferenciação desse campo.

Segundo Pimentel (2003), através de sua agressividade o organismo toma iniciativa e mobiliza energia para se dirigir aos objetos do mundo externo, iniciando o processo de recepção e assimilação dos mesmos, que resulta na satisfação da necessidade e na transformação do campo ou da totalidade. Uma vez satisfeita a necessidade, a figura retorna ao fundo, de onde outra imerge e o processo se reinicia, num permanente ciclo figura-fundo. Tenório (2003) explica que para conseguir satisfazer suas necessidades, o organismo precisa utilizar estratégias de auto-regulação e ajustamento criativo, as quais são alcançadas pelas ações de contato pleno, ou seja, do contato não interrompido.

Quando o organismo não consegue diferenciar suas necessidades das necessidades do meio, ou não tem a capacidade de discriminar qual delas é a dominante, surge um desequilíbrio que Perls (1981) denominou neurose. O neurótico não consegue diferenciar-se com clareza de seu meio, pois não tem a fronteira de contato bem delimitada. Por não saber qual a necessidade dominante, é comum que ele não consiga se mobilizar para o contato, interrompendo-o, ou que apenas aceite passivamente tudo aquilo que o meio lhe oferece, inclusive o que é tóxico, confundindo-se assim cada vez mais com este meio.

Inicialmente, o mecanismo de evitação do contato pode ser considerado um ajustamento criativo. Numa situação em que o meio é mais forte que o organismo, a evitação do contato pode ter sido a única maneira encontrada por ele para não ser massacrado por este meio, por meio da submissão ou ato de engolir inteiro ou da fuga. Porém, quando a

interrupção de contato passa a ser um padrão rígido de funcionamento, ela se torna patológica, caracterizando a neurose. (TENÓRIO, 2003)

A neurose surge quando, em situações intoleráveis, porém inevitáveis, o self prioriza as necessidades do meio em detrimento das suas, o que faz com que ele se enfraqueça. Como é explicada por Tenório (2003), a neurose é o resultado de um distúrbio da fronteira de contato, que deixa de rejeitar aquilo que é prejudicial, aceitando-o passivamente, sem fazer sua devida mastigação e assimilação. Quando organismo internaliza estes elementos tóxicos, seu self se divide em eu-dominador e eu-dominado, partes que ficam em constante conflito. O dominador é formado por tudo aquilo que vem de fora e foi colocado para dentro da fronteira de contato, em detrimento do dominado, que corresponde aos aspectos próprios do self, porém rejeitados e colocados para fora da fronteira.

As experiências tóxicas, ou seja, experiências que são intoleráveis, porém inevitáveis, se tornam microcampos introjetados (DELISLE, 1999, *apud* TENÓRIO, 2003). É necessário que estes microcampos sejam mantidos no fundo, pois se vierem à tona como figuras, provocarão no organismo a vivência da mesma experiência tóxica. Por outro lado, uma vez que estas experiências tóxicas foram engolidas inteiras, elas precisam se tornar figuras para serem resolvidas e se integrarem ao fundo. Como o neurótico não consegue reviver tais experiências, ele precisa mobilizar muita energia para manter os microcampos introjetados no fundo, uma vez que eles estão ameaçando vir à tona em todo o momento. Ele precisa também acionar todos os seus mecanismos de defesa para não entrar em contato com estas experiências tóxicas. Desta forma, o neurótico vive um paradoxo, e os microcampos introjetados contaminam as novas figuras e as experiências do presente.

No funcionamento neurótico, o indivíduo não é capaz de usar sua agressividade para transformar o ambiente e bloqueia o contato. Seus microcampos introjetados influenciam as experiências no presente, fazendo com que o indivíduo tenha uma percepção distorcida da

realidade. Ele teme que a experiência atual seja uma repetição da experiência tóxica do passado e, por isso, interrompe o contato. Assim, o neurótico vive várias experiências inacabadas, pois ele perde a capacidade de modificar suas formas de interação com o meio. Ele perde a espontaneidade e deixa de fazer contatos plenos. Sendo assim, o neurótico acaba não conseguindo satisfazer suas necessidades de sobrevivência e nem suas necessidades sociais.

Tenório (2003) explica a neurose se caracteriza por vários tipos de interrupção de contato utilizados pelo organismo como forma de defesa ou de interromper o contato com as experiências intoleráveis que ameaçam a estrutura do self. De acordo com a mesma autora, as interrupções de contato descritas pela Gestalt Terapia são: introjeção, projeção, confluência, egotismo, retroflexão, proflexão, deflexão, dessensibilização e fixação.

De acordo com Perls (1981) a introjeção é o modo pelo qual o indivíduo aceita coisas vindas do mundo exterior, como valores, crenças, atitudes, conceitos, sem mastigá-las. Ribeiro (1994) acrescenta que na introjeção o indivíduo não usa sua agressividade oral para desestruturar, separar, digerir o que vem de fora, no sentido de torná-lo compatível com as necessidades de seu organismo, porque teme sua agressividade e a agressividade do outro.

De acordo com Tenório (2003), a neurose é o resultado de introjeções tóxicas que acontecem quando um indivíduo vive uma situação que é intolerável, porém inevitável. Diante de uma experiência desta, a única saída que lhe resta é a introjeção, ou seja, a internalização passiva de mensagens bio-negativas que são impostas pelo outro. Quando, porém, a introjeção se torna um padrão fixo de comportamento de um indivíduo, ele passa a aceitar passivamente tudo o que vem de fora, engolindo inteiras inclusive as mensagens tóxicas. O introjetor se submete ao meio, porque se considera muito menor e muito mais fraco que ele.

De acordo com Ribeiro (1994), aquele que introjeta acredita que as outras pessoas sabem o que é melhor para si, mais do que ele próprio. Tenório (2003) esclarece que aquilo que é próprio do introjetor é rejeitado por ele, porque ele considera repugnável, e, ao mesmo tempo, se convence de que o que vem de fora é o certo e o melhor para si. Ocorre, então, uma inversão de afetos, na qual o introjetor tem seu desejo frustrado na medida em que abre mão de si mesmo e se submete ao outro visto como um dominador.

Perls (1981) explica que o introjetor, quando engole conceitos contraditórios, faz da sua personalidade “um campo de batalha” (p. 48), desintegrando-a, pois vive conflitos internos. Sendo assim, a introjeção impede que o self cresça e se desenvolva.

De acordo com Ribeiro (1994) a projeção é um mecanismo no qual o indivíduo, por não aceitar características que são suas, atribui ao outro estas características. Ele não percebe que elas são parte de si, mas as enxerga claramente no outro. Tenório (2003) explica que o projetor vê aquilo que é próprio de seu self como introjetos tóxicos, dos quais quer se livrar, enquanto vê os introjetos como se fossem coisas realmente suas.

Perls (1981) explica que o projetor se torna a vítima das circunstâncias, pois atribui ao outro tudo de ruim que lhe acontece. Ele nega as partes de si mesmo que considera intolerável, ofensivo ou difícil.

A confluência é um mecanismo de evitação de contato no qual o indivíduo não percebe uma fronteira clara entre si e o ambiente externo, mas ao contrário, sente que ele e o meio são um só. O confluente não consegue fazer contato consigo mesmo nem com os outros, pois não sabe distinguir suas necessidades das necessidades do meio, não diferencia aquilo que é seu e aquilo que é do outro.

Na confluência, o indivíduo não tolera as diferenças e exige as semelhanças. Segundo Tenório (2003), o confluente quer que o outro faça tudo por ele. Ribeiro (1994) diz que o confluente teme o isolamento, por isso ele gosta de agradar mesmo quando não solicitado,

obedece àquilo que é imposto pelo meio externo mesmo se lhe for desagradável, ama estar em grupo e agarra-se fortemente aos outros.

No egotismo, o indivíduo tem uma grande autoconsciência, consegue perceber suas necessidades com clareza e busca satisfazê-las. O egotista tem medo da confluência porque tem medo de perder seus limites. Sua fronteira de contato é muito rígida e impede que ele estabeleça contatos plenos com o outro (TENÓRIO, 2003). Ribeiro (1994) acrescenta que o egotista tem muita dificuldade em dar e receber, pois impõe seus desejos e suas vontades ao outro. Ele exerce um grande controle no meio externo, prevendo todas as possibilidades de atuação no intuito de prevenir-se do fracasso.

De acordo com Perls (1981), a retroflexão acontece quando uma pessoa faz a si mesma algo que ele gostaria de fazer a alguém. Em vez de dirigir sua energia para fora, no sentido de transformar o meio e satisfazer suas necessidades, o retroflexor dirige a energia para dentro de si, tornando-se agente e paciente da ação. Desta forma, há uma divisão de sua personalidade, e o retroflexor se torna seu pior inimigo.

Tenório (2003) explica que na retroflexão, o indivíduo mobiliza sua energia para ser usada no ambiente, porém ela é interrompida, pois o retroflexor tem medo de enfrentar a situação, de ferir ou ser ferido, de destruir ou ser destruído. Desta maneira, a energia que deveria se canalizada para fora, volta-se para o próprio indivíduo. Ribeiro (1994) diz que o retroflexor procura ser como os outros gostariam que ele fosse, ou procura ser igual ao outro. Ele se arrepende com facilidade de suas atitudes, por isso as faz e refaz várias vezes, e acredita que consegue fazer melhor as coisas sozinho do que com a ajuda de outras pessoas.

Na proflexão, o indivíduo faz ao outro aquilo que gostaria que este outro lhe fizesse, pois gostaria que o outro fosse como ele é. Assim, o proflexor procura agradar o outro, satisfazendo-lhe as necessidades e submetendo-se a ele, na expectativa de receber o mesmo

em troca. Aquele que proflexiona não consegue expressar claramente suas necessidades e fraquezas, tem medo de pedir o outro o que precisa e por isso o manipula (TENÓRIO, 2003).

Ribeiro (1994) explica que o proflexor não se reconhece como sua própria fonte de nutrição. Em vez de fazer um contato pleno com o outro, o proflexor tenta induzi-lo a fazer o que ele espera. Apesar de retrofletir, o indivíduo não tem consciência do que faz e sofre quando o outro não age segundo suas expectativas.

De acordo com Tenório (2003), na deflexão, o neurótico não faz um contato direto com seu meio externo, pois considera o que vem de fora pode desintegrar o seu self ou desequilibrá-lo. Sendo assim, o deflexor diminui o contato com outras pessoas ou com o ambiente, negando estímulos, reprimindo-os, sublimando-os, tornando o contato vago. Por outro lado, Caffaro (1991, *apud* TENÓRIO, 2003) coloca que na deflexão o indivíduo diminui a intensidade do contato tanto com o meio externo quanto com o meio interno. Desta forma, pode-se dizer que a deflexão equivale aos mecanismos de negação, sublimação e repressão (LATNER, 1986, *apud* TENÓRIO, 2003). Ribeiro (1994) explica que a pessoa que deflete tem um palavreado muito polido ou excessivo, e não vai direto ao assunto. Segundo o mesmo autor, o deflexor sente-se incompreendido e desvalorizado.

Ribeiro (1994) diz que a na dessensibilização, o indivíduo tem dificuldade de se estimular durante um contato, pois perde o interesse por sensações mais intensas, permanecendo “frio”. Tenório (2003) explica que a dessensibilização é uma disfunção sensorial, na qual o indivíduo não percebe estímulos do meio externo nem de seu próprio organismo, como se os bloqueasse. Sendo assim, ele não tem consciência de suas necessidades nem das necessidades do meio.

De acordo com Ribeiro (1994) a fixação é um estado no qual um indivíduo se apega excessivamente a uma situação, pessoa, idéia ou coisa, ou seja, permanece compulsivamente com a mesma figura, não se movendo para a próxima. Na fixação o indivíduo teme aquilo que

é novo, agarrando-se a situações familiares, mesmo que estas não sejam mais nutritivas ou interessantes.

Tenório (2003) esclarece que a personalidade é formada pela maneira que um indivíduo atua e se adapta ao campo organismo-meio, e em como ele estabelece ou evita contatos. Sendo assim, a autora diz que há duas tendências do neurótico funcionar, de acordo com os mecanismos de evitação do contato que ele utiliza: a tendência no fechamento da fronteira de contato e a tendência na abertura da fronteira de contato.

A pessoa com tendência no fechamento da fronteira de contato controla rigidamente tudo o que recebe do meio e tudo o que dá a este, pois sua fronteira está fechada para o exterior. Em contrapartida, a fronteira é aberta para seu interior, e ele faz muito contato consigo mesmo, sendo uma pessoa introvertida. Sendo assim, o neurótico que possui a tendência no fechamento da fronteira tem como figura os mecanismos projeção, egotismo e retroflexão, enquanto a introjeção, confluência e proflexão estão mantidas no fundo (TENÓRIO, 2003).

Por outro lado, o neurótico que tem a tendência na abertura da fronteira de contato estabelece um contato mais intenso com o meio externo, e faz pouco contato com seu interior, apresentando dificuldade para perceber suas necessidades, pois seu foco está no outro. É uma pessoa mais extrovertida. Sendo assim, este indivíduo tem como figura os mecanismos introjeção, confluência e proflexão, permanecendo no fundo a projeção o egotismo e retroflexão. (*idem*)

Tenório (2003) explica ainda que os mecanismos de fixação, dessensibilização e deflexão são utilizados tanto como figuras quanto como fundo em ambas as tendências, porém de maneiras diferentes. As pessoas com tendência na abertura da fronteira de contato estão fixadas no exterior, usando a deflexão e a dessensibilização para se defender das coisas que vêm de dentro de si mesmas. Por outro lado, os indivíduos com tendência no fechamento

da fronteira de contato usam a deflexão e a dessensibilização para se defender das coisas que vem do meio externo, já que está voltado para si mesmo.

CAPÍTULO 5 - COMPREENDENDO AS MULHERES QUE AMAM DEMAIS NO ENFOQUE DA GESTALT-TERAPIA

Como já foi discutido no capítulo anterior, o funcionamento saudável do indivíduo para a Gestalt Terapia se caracteriza pela interação com o outro, através da abertura e do fechamento da fronteira de contato, de acordo com as circunstâncias atuais do campo organismo-meio. O organismo utiliza estratégias de ajustamento criativo para a satisfação de suas necessidades, o que proporciona o crescimento e desenvolvimento do self.

Por outro lado, a Gestalt Terapia considera a neurose um padrão fixo de comportamento caracterizado pela interrupção do contato. Tenório (2003) apresenta algumas características próprias do neurótico:

- Dificuldade em viver plenamente a situação presente devido à fixação em experiências do passado;
- Distúrbio na fronteira de contato, pois o neurótico não sabe com clareza onde termina o “eu” e começa o outro;
- Dificuldade em usar sua energia a fim de responder adequadamente ao meio, no sentido de satisfazer suas necessidades;
- Dificuldade para discriminar aquilo é nutritivo ao self e aquilo que é tóxico a ele, abrindo e fechando a fronteira de contato de acordo com esta diferenciação;
- Bloqueio da autoconsciência e dificuldade de expressar com clareza suas necessidades e desejos;
- Confusão ocasionada pela falta de nitidez da figura emergente, uma vez que continuam agindo da mesma maneira que foi eficiente passado;
- A figura emergente é contaminada por experiências tóxicas do passado, ou bloqueadas por estas, fazendo com que haja uma visão distorcida da realidade;

- Divisão do self em eu-dominador e eu-dominado, os quais estão em conflito, gerando assim auto-estima e auto-apoio ineficazes;
- Auto-conceito baseado em introjetos tóxicos.

Pelo estudo das mulheres que amam demais, apresentado no terceiro capítulo, percebem-se várias semelhanças entre sua forma de funcionamento psíquico e o funcionamento patológico descrito pela Gestalt-Terapia.

Já foi visto que uma das características comum a todas as mulheres que amam demais é ter vivido num lar que não proporcionou a satisfação suficiente de suas necessidades emocionais, o que lhes trouxe um grande sofrimento na infância. Essas experiências podem ter sido vividas por estas mulheres como impasses existenciais, ou seja, situações intoleráveis, porém inevitáveis. Como essas mulheres, ao passarem por isto, eram crianças e, portanto, impotentes em relação ao adulto, não conseguiram realizar ações de ajustamento criativo, engolindo inteiro o que era imposto por ele. Elas não conseguiram usar sua agressividade para morder e mastigar as coisas tóxicas que lhe foram oferecidas, ou seja, para transformar a situação desagradável, no sentido de torná-la mais compatível com o seu self. Então, tais situações foram engolidas como introjetos tóxicos, que se tornaram microcampos introjetados.

Provavelmente, as mulheres que amam demais em sua infância precisaram se submeter a tais situações tóxicas para não correrem o risco de perder o amor dos pais ou serem rejeitadas por eles. As experiências vividas no ambiente familiar, por terem sido tóxicas e difíceis de serem assimiladas e integradas à totalidade do organismo, não contribuíram para o desenvolvimento do self, comprometendo sua capacidade para discriminar o que é tóxico e nutritivo no meio. Com esta capacidade pouco desenvolvida, as mulheres que amam demais, mesmo na idade adulta, têm dificuldade para identificar o que é nutritivo e abrir sua fronteira para isto, e o que é nocivo, fechando sua fronteira. Desse modo, elas desenvolvem uma

fixação da fronteira na abertura se submetendo e engolindo tudo que é imposto pelo seu parceiro, inclusive aquilo que lhe faz mal.

As mensagens tóxicas introjetadas pelas mulheres que amam demais eram tais como: eu tenho que ser como eles querem que eu seja, fazer o que eles esperam que eu faça, para ser amada e valorizada por eles e por mim mesma. Elas não desenvolveram a capacidade de morder e mastigar, ou agredir, no sentido de destruir e transformar aquilo que lhes era prejudicial. A interrupção de contato através da introjeção passou a ser, então, bastante utilizada por elas.

Cardella (1994) explica que, através das introjeções, são transmitidas muitas concepções negativas acerca do amor, que chegam às pessoas como conceitos, idéias, pensamentos, e também por modelos de relacionamentos amorosos fazendo com que o amor seja vivido com muita ansiedade. A autora diz que, quando a criança recebe um tipo de amor “condicionado”, ou seja, viveu numa condição em que só receberia amor se correspondesse às expectativas de pessoas significativas em sua vida, ela cresce com a idéia de que esta é a única forma de amar e ser amada. A consequência disto é o desenvolvimento de um padrão fixo de comportamento, rígido e inautêntico, que é repetido nas relações adultas em busca de amor e aceitação.

A explicação de Cardella (1994) permite que se compreenda melhor o funcionamento das mulheres que amam demais. Elas se sentem ameaçadas constantemente de perder o amor de seu companheiro, por isso, tentam satisfazer as necessidades dele, o que as impede de identificar e satisfazer as necessidades de seu próprio organismo, como fazia na infância em relação aos pais.

Os microcampos introjetados pelas mulheres que amam demais contribuem significativamente para o desenvolvimento do padrão de relacionamento amoroso que elas estabelecem com seus parceiros. Os microcampos, ou seja, as experiências vividas na relação

com os pais e as mensagens tóxicas transmitidas por eles, influenciam a percepção das situações presentes, fazendo com que estas mulheres se sintam atraídas por pessoas com as quais terão o mesmo tipo de relação que tiveram com os pais, pois só assim elas podem ter a chance de resolver no presente o que ficou mal resolvido no passado. Porém, quando situações intoleráveis acontecem na relação com o parceiro, as mulheres que amam demais não conseguem perceber que não são mais tão impotentes quanto o eram na infância, e acabam agindo da mesma maneira. Como sua agressividade oral, no sentido de morder, mastigar, transformar e assimilar aquilo que é tóxico, foi pouco desenvolvida, e elas estão habituadas a engolir passivamente as coisas nocivas desde a infância, é assim que continuam a se comportar na vida adulta.

As experiências tóxicas vividas na infância, ou seja, o fato de suas necessidades terem sido ignoradas, negadas ou negligenciadas, e essa situação de impasse existencial ter sido internalizada, fazem com que as mulheres que amam demais mobilizem uma grande energia psíquica para manter essas experiências no fundo, pois se elas vierem à tona, farão com que todo o sofrimento seja revivido no presente. Por outro lado, estes impasses precisam se tornar figuras e ser revividos para serem mastigados, assimilados e digeridos por estas mulheres. Por esse motivo eles acabam contaminando as experiências atuais e fazem as mulheres que amam demais buscarem no presente viver uma relação de amor que reproduza a experiência mal resolvida na infância, na esperança de que, conseguindo vencer a situação atual, o conflito do passado seja vencido. Neste processo, elas utilizam o mecanismo de interrupção do contato chamado fixação, porque, por estarem tão fixadas em seu passado, deixam de fazer contato pleno com seu presente, produzindo relações compensadoras e auto-destrutivas com seus parceiros.

Como os lares em que as mulheres que amam demais viveram ofereceram-lhes alimentos psíquicos tóxicos, muito provavelmente eles vinham carregados de mensagens

bionegativas. Forward e Torres (1998) explicam que estas mensagens não são obtidas de maneira direta, e sim, são interpretações que as crianças fazem do comportamento dos pais, ou seja, o que a forma de os pais as tratarem lhes transmitiu. Esses autores esclarecem que pela relação de poder que se estabelece entre pais e filhos na infância, as crianças acreditam que tudo o que os pais lhes falam é verdadeiro. Assim, se elas forem tratadas com negligência, desatenção, falta de amor, poderão receber mensagens que lhe dizem que elas não têm valor, que são incapazes e que são indignas de receber amor de outras pessoas, e estas crianças buscam confirmar esta opinião dos pais ao longo de suas vidas.

A baixa auto-estima e o sentimento de menos-valia, característicos das mulheres que amam demais, podem ser compreendidos como resultado das mensagens bionegativas que foram introjetadas ao longo de sua vida. As famílias destas mulheres não foram boas com elas, e estas passaram a acreditar que na verdade tais pessoas é que estavam certas e elas é que estavam erradas. Cardella (1994) explica que a introjeção provoca a auto-desvalorização do indivíduo, pois ele se permite ser invadido pelos outros, que passam a ditar como este indivíduo deve agir, pensar, sentir, contribuindo assim para sua auto-alienação.

Como os introjetos tóxicos não são mastigados nem assimilados, eles permanecem desintegrados da estrutura do self, fazendo com que este se divida em eu dominador e eu dominado (TENÓRIO, 2003). Devido às introjeções tóxicas, as mulheres que amam demais, assim como todo neurótico, carregam consigo o que deveriam fazer e não fazer (eu-dominador) e o que gostariam segundo seu próprio organismo e experiência (eu-dominado), os quais se tornam leis que regem sua maneira de viver. O eu-dominador é que lhes diz que elas devem ser boas, devem se submeter, devem ter atitudes como paciência, tolerância e esforço para agradar o companheiro: devem tentar mudar o companheiro através de seu amor, pois são culpadas pelas falhas do relacionamento e assim por diante. O eu-dominado, que são as necessidades genuínas de seu self, não é ouvido nem atendido.

De acordo com a bibliografia consultada, a relação da mulher que ama demais com o parceiro é caracterizada pela dependência mútua. Uma das características apontadas por Norwood (1987) é o fato de que esta mulher precisa do parceiro para se sentir feliz e completa, tentando suprir sua carência emocional através dele, prevalecendo em sua relação o “nós” ao “eu e você”. Desta maneira, fica claro que a mulher que ama demais usa o mecanismo da confluência. Como não consegue identificar suas próprias necessidades e sentimentos, ela se mistura com seu companheiro e quando os parceiros estão misturados, não conseguem fazer um contato pleno nem consigo mesmo e nem com o outro. Cardella (1994) explica que o amor só acontece em um relacionamento de pessoas maduras e diferenciadas.

A confluência também pode ser identificada no funcionamento das mulheres que amam demais quando Norwood (1987) aponta a seguinte característica delas: fazer qualquer coisa para impedir o fim do relacionamento, apresentando atitudes como paciência, tolerância e esforço para agradar cada vez mais. Como já foi discutido no capítulo anterior, o confluyente tem medo de ficar só.

Norwood (1987) também diz que as mulheres que amam demais estão sempre dispostas a ajudar o parceiro, mas que esta “disposição” na verdade é uma máscara que elas usam na tentativa de controlar o relacionamento. Essas mulheres tentam transformar seus parceiros “pela força de seu amor” e são movidas pela esperança de como o companheiro pode vir a ser, acreditando que ele pode mudar por causa de seus esforços.

Desta forma, fica clara a utilização da proflexão pelas mulheres que amam demais, mecanismo de interrupção de contato que é caracterizado principalmente por dar ao outro aquilo que gostaria de receber deste. Através da proflexão a mulher que ama demais expressa, indiretamente, suas expectativas e desejos em relação ao companheiro. Em vez de satisfazer o outro pelo simples fato de querer fazê-lo, ou seja, dar amor incondicionalmente, elas amam e esperam que suas atitudes sejam reconhecidas e valorizadas, manipulando o outro. Cardella

(1994) explica que o proflexor busca tornar-se o parceiro ideal, na esperança de que o outro também se transforme naquilo que ele espera, sendo finalmente recompensado por todos os seus sacrifícios, boa vontade e resignação.

Tenório (2003) esclarece que o proflexor não consegue aceitar o outro como ele é. Quando suas tentativas de modificá-lo são frustradas, o proflexor fica muito ressentido e sente-se desvalorizado. O proflexor não tem uma autoconsciência satisfatória e não percebe que estabelece jogos de controle com o outro e o desrespeita. Por isso, sofre quando apesar de tudo o que fez por este outro, não recebeu nenhuma retribuição.

Cardella (1994) explica que “o amor relaciona-se com entrega, disponibilidade e preocupação com o bem-estar do ser amado, mas são atitudes que devem ser autênticas e livres de expectativas de retorno ” (CARDELLA, 1994, p. 51). O proflexor muitas vezes não se sente digno de ser amado e precisa fazer tudo pelo outro para sentir-se merecedor do seu amor. É o que acontece com as mulheres que amam demais. Cardella (1994) explica que por mais que se esforce, o proflexor não consegue alcançar seus objetivos. Não basta que uma pessoa seja amada, é necessário que ela se sinta amada, pois a capacidade de se sentir amado está relacionada com a aceitação de amor, ou seja, com o amor-próprio.

Segundo Norwood (1987), as mulheres que amam demais usam a agitação criada por seus relacionamentos instáveis para esquivar-se de seus sofrimentos. Fica claro nesta atitude o uso da deflexão e dessensibilização por estas mulheres, que negam seus sentimentos ou não fazem contato com eles para não deixarem que as feridas do passado e atuais venham à tona. Sendo assim, estes mecanismos são utilizados para que estas mulheres se defendam das coisas que vêm de dentro de si mesmas.

Já que as mulheres que amam demais, conforme foi discutido no terceiro capítulo, não tiveram seus limites estabelecidos de forma funcional, sua fronteira de contato não está bem delimitada.

Como essas mulheres utilizam principalmente os mecanismos de interrupção de contato: introjeção, confluência e proflexão, pode se dizer que elas possuem uma tendência para a abertura da fronteira de contato. As pessoas que com esta tendência possuem uma personalidade caracterizada pela confiança, apego, identificação e grande aproximação em relação ao outro, ficam fixadas no contato, como forma de defesa, para evitar conflitos consigo mesmas ou com o outro. Sendo assim, o meio externo torna-se figura para estas pessoas e o meio interno torna-se fundo e o organismo fica desprotegido em relação às coisas nocivas que vêm de fora (TENÓRIO, 2003).

Tenório (2003) descreve as pessoas com tendência para a abertura da fronteira de contato com as seguintes características:

- Aceitam praticamente tudo o que lhe é imposto;
- Possuem uma noção de “eu” que foi introjetada e engole tudo que é compatível com ela, sem fazer as devidas transformação e assimilação;
- Têm uma postura passiva em relação ao meio, sendo submissas em relação ao outro no intuito de evitar conflitos e corresponder às expectativas do outro. Para isso, deixam de satisfazer suas próprias necessidades.
- Têm dificuldades para fazer escolhas, pois não tem clareza do que é bom para si mesmas, necessitando da ajuda do outro para decidir isso.
- São emocionalmente dependentes do outro, supervalorizando-o, e têm medo de ficar só;
- Possuem dificuldades para usar a agressividade no sentido de transformar o meio. Então, aceita o que vem de fora passivamente, e a sua forma de tentar modificar isto é a manipulação.

- Esforçam-se para agradar o outro na esperança que ele faça o mesmo por elas, pois não possuem a capacidade de conseguir aquilo que precisam de maneira independente.

A partir das características descritas fica evidenciado que as mulheres que amam demais possuem a personalidade voltada para a abertura da fronteira de contato. Esta personalidade foi desenvolvida ao longo de suas vidas, de acordo com o processo de interação organismo/meio e as formas de adaptação que usaram, as quais fizeram com que aprendessem e fixassem este padrão de comportamento.

É importante lembrar o fato de que, segundo a Gestalt-Terapia, o indivíduo é o resultado dos contatos que fez ao longo de sua vida (RIBEIRO, 1997). Sendo assim, é necessário considerar o caráter relacional do desenvolvimento do fenômeno de amar demais, pois a mulher que ama demais não é a única responsável pela conjugalidade. Ao contrário, sua maneira de amar o companheiro, apesar de ter sido influenciada pelas experiências da infância, foi construída na relação que os dois estabeleceram, ambos participaram e contribuíram para o desenvolvimento e manutenção do fenômeno de amar demais. Além disso, é de fundamental importância ressaltar as crenças sócio-culturais a respeito da mulher e do amor, já discutidas nos capítulos anteriores, as quais podem contribuir para reforçar o padrão de comportamento da mulher que ama demais, naturalizando-o.

CONCLUSÃO

A partir do que foi apresentado nesta monografia, pode-se dizer que as mulheres que amam demais manifestam, de acordo com a descrição feita por Norwood (1987) e com o referencial teórico da Gestalt Terapia, um comportamento tipicamente patológico, caracterizado por um padrão repetitivo gerado pela cristalização de mecanismos de interrupção de contato. Com base nos estudos dessa autora, esse padrão de comportamento teve origem na infância, a partir da vivência de experiências negativas nas relações familiares, que na abordagem gestáltica são consideradas tóxicas e, por isto, não puderam ser assimiladas e integradas ao self, produzindo sua desintegração.

Embora as experiências vividas no passado tenham um papel importante no desenvolvimento do padrão de comportamento manifestado pelas mulheres que amam demais em relação a seus parceiros, não é adequado se pensar que essas mulheres, invariavelmente, foram vítimas, na infância, de pais pouco afetivos, negligentes ou inadequados, seja por falta ou excesso de proteção e amor. Neste sentido, é possível que as dificuldades vivenciadas e os comportamentos manifestados pelas mulheres que amam demais tenham sido gerados, principalmente, pelas circunstâncias atuais do campo organismo-meio, ou seja, pelo contexto relacional do qual elas fazem parte. Nesta perspectiva, o comportamento dessas mulheres deixa de ser determinado pelo passado, para ser o resultado de um processo de ajustamento criativo no presente, através do qual ela busca satisfazer suas necessidades emocionais e manter, na medida do possível, sua sobrevivência e seu equilíbrio dentro de uma relação patológica.

Partindo do pressuposto de que numa relação, as atitudes de um dos parceiros são determinadas pelas reações do outro e vice-versa, e de que cada relacionamento tem características próprias que não se manifestam nos indivíduos quando se encontram em outras relações, é coerente se dizer que o fenômeno amar demais é o resultado de experiências

vivenciadas tanto no passado quanto no presente, não só pelas mulheres, mas também pelos homens, que no relacionamento conjugal assumem significações geradoras de comportamentos típicos da codependência afetiva, tal como é descrita por Mellody (1995).

Tendo como foco a participação da mulher na construção do “fenômeno amar demais” e compreendendo essa participação no enfoque da Gestalt Terapia, pode-se dizer que as escolhas amorosas dessas mulheres podem ser consideradas como uma forma de, inconscientemente, tentarem resolver as experiências inacabadas do passado, a fim de fecharem as *gestalten* que ficaram abertas. Então, se relacionam com uma pessoa com a qual possam viver os mesmos conflitos da infância, na esperança de que, superados os conflitos atuais, os do passado também o sejam, mas não se dão conta disso, pois usam mecanismos para interromper o contato com o outro e consigo mesmas no presente.

Os mecanismos de interrupção de contato mais utilizados pelas mulheres que amam demais são a deflexão, pois elas bloqueiam e negam as situações intoleráveis vividas; a proflexão, pela qual tentam manipular o outro, na medida em que fazem a ele aquilo que gostariam que ele fizesse a elas; a confluência, na qual não conseguem ter uma distinção clara entre si mesmas e o outro, pois se vê misturada com ele; e a introjeção, caracterizada por aceitar tudo o que vem de fora sem a devida assimilação e integração do self.

A utilização destes mecanismos caracteriza a personalidade das mulheres que amam demais como fixada na abertura da fronteira do contato. Elas estão voltadas muito mais para o exterior, aceitando praticamente tudo que o outro lhe oferece, tendo menos contato com seu interior, com as coisas provenientes de dentro de si mesmas. A mulher que ama demais precisou utilizar os mecanismos de interrupção do contato para bloquear a emergência no presente de experiências tóxicas do passado, mas tais mecanismos fazem com que essas experiências cada vez mais se tornem vivas e presentes, mobilizando padrões repetitivos de comportamento aprendidos na infância.

Além disso, é preciso considerar as influências sociais exercidas sobre as mulheres que amam demais no processo de desenvolvimento desse padrão de funcionamento. Por muito tempo, o amor foi considerado pela sociedade um sentimento feminino e que, para ele ser verdadeiro, deveria causar dor e sofrimento. Os meios de comunicação até hoje mostram vários exemplos de relações amorosas imaturas, conflituosas e não-recompensadoras, as quais são exaltadas pela sociedade e vistas por muitas pessoas como o modo certo de amar. Tais relações não possibilitam o crescimento e desenvolvimento de nenhuma das partes envolvidas.

Da mesma maneira, a construção social do papel feminino mostra como foi defendida, por muitos anos, a idéia de que a mulher, para ser boa, precisa se submeter ao homem, ser obediente, sendo ela a responsável pelo amor e pelo sucesso de suas relações conjugais. Tal postura reforça muitos dos comportamentos das mulheres que amam demais, colocando o “amar demais” como um ideal de amor.

O tema abordado nesta monografia é extenso e não foi esgotado. É um fenômeno relacional, de origem histórica. Há ainda muito a ser pesquisado, investigado, e pensado. Uma sugestão para um novo trabalho acerca do mesmo tema seria uma reflexão enfocada na relação das mulheres que amam demais com os seus companheiros, a fim de perceber o papel que eles exercem na relação e qual a contribuição destes para o aparecimento e o desenvolvimento do fenômeno de amar demais, possibilitando uma compreensão mais abrangente do assunto.

Atualmente os jornais de circulação nacional têm mostrado casos de homicídios passionais, que chocaram o país, e mostram como amar ainda é visto como ter a “posse” da outra pessoa, e como há relacionamentos não-recompensadores, que são considerados normais, e só chamam atenção quando acabam em tragédia. Isto mostra como é urgente se repensar os valores sociais acerca da mulher e do amor, que concepções devem ser

transmitidas às gerações futuras, e também como o psicólogo pode contribuir, com seus estudos científicos e com sua compreensão do ser humano, para a modificação desses padrões patológicos.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALVES, M. M. P.. A primeira feminista da América: as marcas da ousadia e da repressão nas cartas de Sor Filotea de la Cruz e de Sor Juana Inés de la Cruz. In LUCENA, M. I. G. (Org). *Representações do Feminino*. São Paulo: Átomo, 2003. Páginas 15-37.
- BRANDEN, N.. *A psicologia do amor: o que é o amor, por que ele nasce e às vezes morre*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1998.
- CARDELLA, B. H. P.. *O amor na relação terapêutica: uma visão gestáltica*. São Paulo: Summus, 1994.
- COSTA, J. F.. *Sem fraude nem favor: estudos sobre o amor romântico*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.
- FAVARO, C. E.. *Imagens femininas: contradições, ambivalências, violências*. Porto Alegre: Edipucrs, 2002.
- FERREIRA, A. B. de H.. *Miniaurélio Século XXI: O minidicionário da Língua Portuguesa*. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 2001.
- FORWARD, S. e TORRES, J.. *Homens que odeiam suas mulheres e as mulheres que os ama: Quando amar é sofrer e você não sabe por quê*. Rio de Janeiro: Rocco, 1998.
- Grupo MADA _ Mulheres que Amam Demais Anônimas. Recuperado em 23 set. 2008: <http://www.grupomada.com.br/site>
- GUIMARÃES, M. S.. A igualdade jurídica da mulher. In STREY (Org.), *Mulher, estudos de gênero*. São Leopoldo: Ed. Unisinos, 1997. Páginas 29-37.
- KELEMAN, S.. *Amor e Vínculo: Uma visão somática emocional*. São Paulo: Summus Editorial, 1996
- KREPS, B.. *Paixões eternas, ilusões passageiras: Uma análise do mito do amor romântico*. São Paulo: Saraiva, 1992.
- LEBRUN, G.. O conceito de paixão. In CAMARGO (Org.). *Os sentidos da paixão*. São Paulo: Companhia das Letras, 1987. Páginas 17 a 33.

MARODIN, M.. *As relações entre homens e mulheres na atualidade*. In STREY (Org.), *Mulher, estudos de gênero*. São Leopoldo: Unisinos, 1997. Páginas 9-18.

MELLODY, P.. *Enfrentando a codependência afetiva: o que é, como surge, como prejudica nossas vidas*. Rio de Janeiro: Rosa dos Tempos, 1995.

NORWOOD, R.. *Mulheres que amam demais*. São Paulo: Best Seller, 1987.

PERLS, F.. *A abordagem gestáltica e testemunha ocular da terapia*. Rio de Janeiro: Zahar Editores, 1981.

PESSANHA, J. A. M.. Platão: as várias faces do amor. In CAMARGO (Org.), *Os sentidos da paixão*. São Paulo: Companhia das Letras, 1987. Páginas 77 a 103.

PETERSEN, A. T.. Homens e mulheres: enfim, as desigualdades estão acabando? In STREY (Org.), *Mulher, estudos de gênero*. São Leopoldo: Ed. Unisinos, 1997. Páginas 19-28.

PIMENTEL, A.. *Psicodiagnóstico em Gestalt Terapia*. São Paulo: Summus, 2003.

REIS PRÁ, J.. O feminino como teoria como prática política. In STREY (Org.). *Mulher, estudos de gênero*. São Leopoldo: Ed. Unisinos, 1997.

RIBEIRO, J. P.. *O ciclo do contato: temas básicos na abordagem gestáltica*. São Paulo: Summus, 1997.

STREY, M. N., BRZEZINSKI, C. S., BÜCKER, I. e ESCOBAR, R. C.. Mulher, gênero e representação. In STREY (Org.). *Mulher, estudos de gênero*. São Leopoldo: Ed. Unisinos, 1997. Páginas 79-95.

TENÓRIO, C. M. D. (2003). *Os transtornos da personalidade histriônica e obsessivo-compulsiva na perspectiva da Gestalt Terapia e da teoria de Fairbairn*. Tese de Doutorado. UnB. Brasília.

WISNIK, J. M. (1987). A paixão dionisíaca em Tristão e Isolda. In CAMARGO (Org.), *Os sentidos da paixão*. São Paulo: Companhia das Letras, 1987. Páginas 195 a 227.